

Elisa Alakärppä, Eveliina Jaakkola & Katri Korhonen

**VANHEMMAN JA VAUVAN VÄLISEN VUOROVAIKUTUKSEN TU-
KEMINEN TOIMINNALLISILLA MENETELMILLÄ ESIKKO- RYH-
MÄSSÄ**

VANHEMMAN JA VAUVAN VÄLISEN VUOROVAIKUTUKSEN TUKEMINEN TOIMINNALLISILLA MENETELMILLÄ ESIKKO- RYHMÄSSÄ

Elisa Alakärppä, Eveliina Jaakkola
& Katri Korhonen
Opinnäytetyö
Syksy 2015
Sosiaalialan koulutusohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Sosiaalialan koulutusohjelma

Tekijät: Alakärppä Elisa, Jaakkola Eveliina & Korhonen Katri
Opinnäytetyön nimi: Vanhemman ja vauvan välisen vuorovaikutuksen tukeminen toiminnallisilla menetelmillä Esikko -ryhmässä
Työn ohjaajat: Vanhala Aira & Ylikauma Pirjo
Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Syksy 2015 Sivumäärä: 45 + 6 liitesivua

Opinnäytetyömme oli projektiluontoinen työ, joka toteutettiin eräässä Oulun kaupungin lastenneuvolan Esikko -ryhmässä. Ryhmä on syntynyt vanhempien tarpeesta saada vertaistukea vanhemmuuteen saadessaan ensimmäisen lapsen. Yhteistyökumppanina oli neuvolan perhetyöntekijä. Opinnäytetyön tavoitteena oli toteuttaa Esikko -ryhmässä kolme asiakkaiden tarpeista nousevaa toimintakertaa liittyen erilaisiin varhaista vuorovaikutusta tukeviin teemoihin. Laatutavoitteena oli, että tuokiot vastaavat asiakkaiden tarpeita ja mielenkiinnon kohteita. Toiminta perustui teorian tietoon, joka tuki varhaista vuorovaikutusta.

Tarkoituksenamme oli toimintakertojen avulla tukea vanhempien ja vauvojen välistä vuorovaikutusta, kiintymyssuhteen muodostumista sekä mahdollistaa vertaistuki vanhempien kesken. Toteutimme kolme toimintakertaa, joille osallistui 11-13 vanhempaa vauvoineen. Toteutimme toimintakerroilla värikylpyä, vauvajumppaa ja satuhierontaa. Ohjauksemme perustana oli sosiodynaaminen ohjauskäsitys, jossa on keskeistä dialoginen vuorovaikutus ryhmäläisten kanssa, avoin ilmapiiri ja yksilöllinen kokemus toiminnasta.

Projektista kerättiin palautetta jokaisen toimintakerran jälkeen sekä kirjallinen kokonaisarviointi viimeisellä kerralla. Palautteiden mukaan toimintatuokiot koettiin mielekkäinä, ohjaus oli selkeää ja toiminnot vastasivat asiakkaiden mielenkiinnon kohteita sekä vastasivat opinnäytetyön tavoitteita. Käytännön toteutus sujui hyvin, tilat olivat riittävät ja valitut materiaalit sopivia. Jatkotutkimuksena voisi tutkia tarkemmin pidemmällä aikavälillä, mitä vaikutusta varhaista vuorovaikutusta tukevilla menetelmillä on vauvan ja vanhemman suhteelle.

Asiasanat: lapsen kehitysvaiheet, varhainen vuorovaikutus, vanhemmuus, vertaistuki, kiintymyssuhde

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Social program in Social Service

Authors: Alakärppä, Elisa, Jaakkola, Eveliina & Korhonen, Katri
Title of thesis: Vanhemman ja vauvan välisen vuorovaikutuksen tukeminen toiminnallisilla menetelmillä Esikko-ryhmässä
Supervisors: Vanhala, Aira & Ylikauma, Pirjo
Term and year when the thesis was submitted: Autumn 2015
Number of pages: 45 pages+ 6 pages of appendices

Our thesis was a project which had been carried out in one of the Esikko groups in Oulu city. The group had been created with parents who had had their first baby and they needed peer support. Assisting in the project was a family worker from a clinic of child health. Our subject of interest was support of early interaction with functional methods. The quality target was to meet the interest and needs that the clients had and methods based on theory knowledge. Our objective was to meet the needs of three issues that were brought from the Esikko group clients. We had the same goals as the Esikko group.

The aim of this thesis was to support the interaction between the parents and babies, their formation of affection to the babies and to make peer support possible. The themes of our functional issues were Blue Moment, Be Silly with Your Baby and I am a Miracle. We carried out the project according to process phases: planning, completion, evaluation and reporting. Actions were theoretical. Participating in the study were 11-13 parents and babies. In every meeting we sat down in a circle at first, then we carried out the groupwork and after we discussed. The sociodynamic instructing method was the frame of our instructing.

We asked verbal feedback from the parents and the family worker after every meeting. In our last meeting we collected written feedback. We kept a researcher diary throughout the project. Parents told us that the meetings were meaningful and supported early interaction with their babies. In the family worker's and our opinion our guidance methods were improved. In the future, long term research could be carried out to learn about how to develop functional methods to support interaction between parent and baby.

child's developmental phases, early interaction, parenting, peer support, affectionate relationship

SISÄLLYS

| | |
|---|----|
| TIIVISTELMÄ | 3 |
| 1 JOHDANTO | 6 |
| 2 VANHEMMAN JA VAUVAN VÄLISEN VARHAISEN VUOROVAIKUTUKSEN TUKEMINEN VERTAISRYHMÄSSÄ | 9 |
| 2.1 Vanhemmuuteen kasvaminen..... | 9 |
| 2.2 Lapsen kehitysvaiheet..... | 11 |
| 2.3 Varhainen vuorovaikutus ja kiintymyssuhteen muodostuminen | 12 |
| 2.4 Vertaistuki Esikko- ryhmässä | 14 |
| 3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN | 16 |
| 3.1 Ohjauksen perustana sosiodynaaminen ohjauskäsitys | 16 |
| 3.2 Opinnäytetyöhön valittu Esikko- ryhmä | 17 |
| 3.3 Toimintakertojen tavoitteet, toteutus ja arviointi | 18 |
| 3.3.1 Tutustumiskerta..... | 19 |
| 3.3.2 Ensimmäinen toimintakerta; Vauvojen värikylpy | 20 |
| 3.3.3 Toinen toimintakerta; Vauvajumppa | 24 |
| 3.3.4 Kolmas toimintakerta; Satuhieronta | 27 |
| 4 PROJEKTIN ARVIOINTI | 32 |
| 4.1 Yleistä palautetta..... | 32 |
| 4.1.1 Vuorovaikutus vanhemman ja vauvan välillä..... | 32 |
| 4.1.2 Vertaistuki | 33 |
| 4.1.3 Ohjaus..... | 34 |
| 4.2 Eettisyys..... | 35 |
| 5 POHDINTA | 36 |
| 5.1 Aiheen ajankohtaisuus | 36 |
| 5.2 Projektin eteneminen | 36 |
| 5.3 Omien oppimistavoitteiden saavuttaminen..... | 38 |
| 5.4 Opinnäytetyöprosessin arviointi | 39 |
| LÄHTEET | 42 |
| LIITTEET | 46 |

1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme aiheena oli vanhemman ja lapsen välisen vuorovaikutuksen tukeminen toiminnallisilla menetelmillä. Opinnäytetyömme oli projektiluontoinen eli toiminnallinen opinnäytetyö ja sen tilasi Oulun kaupunki. Valitsimme tämän aiheen, koska olimme kiinnostuneita toteuttamaan opinnäytetyötä perhetyöhön ja varhaiseen vuorovaikutukseen liittyen. Halusimme osaltamme olla vaikuttamassa lapsiperheiden hyvinvointiin.

Opinnäytetyömme aihe on ajankohtainen tällä hetkellä, sillä nykyisin vanhempien keskuudessa korostuu entistä enemmän lähiverkoston puuttuminen, jolloin vauvan hoitoon ei saa neuvoa ja tukea lähipiiristä. Esikko -ryhmä mahdollistaa vanhemmille matalan kynnyksen palvelun, jossa vanhemmat saavat mahdollisuuden sosiaaliseen kanssakäymiseen. Esikko -ryhmän toiminta on saanut alkunsa Perhetyön mahdollisuudet päivähoitossa- hankkeesta, joka alkoi vuonna 2002. Tarve hankkeelle nousi siitä, että huomattiin lapsiperheiden arjen muuttuneen. Palveluita ja työtapoja täytyi muuttaa, koska ne eivät vastanneet perheiden tarpeisiin. (Hiitola-Moilanen 2005, viitattu 21.10.2015.)

Esikko -ryhmä syntyi esikoisensa saaneiden äitien tarpeista saada vaihtaa kokemuksiaan samassa elämäntilanteessa olevien kanssa. Ryhmä oli suosittu alusta asti ja se on nykyisin osa Oulun kaupungin neuvolan perhetyötä. (Hiitola-Moilanen 2005, viitattu 21.10.2015.) Oulun kaupungin neuvoloissa toimii 19 Esikko -ryhmää, joista yhteen toteutimme opinnäytetyön. Esikko -ryhmät ovat avoimia ryhmiä, joiden tavoitteena on vertaistuki, sosiaaliset kontaktit sekä perhetyöntekijän antama tuki vanhemmille. Neuvolan perhetyön erilaiset ryhmät on koettu vanhemmuutta ja parisuhdetta voimaannuttavana työmuotona, koska keskustelut työntekijän kanssa on koettu mielialaa vahvistavina, vauvan hoitoa ja arjen sujumista tukevin. (Terveystieteiden tutkimuskeskus 2014, viitattu 6.10.2014.) Opinnäytetyömme tavoitteet tähtäsivät Esikko -ryhmän tavoitteisiin ja toimintakertojen osatavoitteet pyrkivät opinnäytetyömme kokonaistavoitteiden toteutumiseen.

Opinnäytetyömme tulostavoitteena oli toteuttaa Esikko -ryhmään kolme toimintakertaa liittyen erilaisiin varhaista vuorovaikutusta tukeviin teemoihin. Ryhmä on tarkoitettu ensimmäisen lapsen vanhemmille, joiden lapsi on alle puolitoistavuotias (Oulun kaupunki, viitattu 3.10.2014). Toimintakertojen tavoite oli tukea varhaista vuorovaikutusta ja kiintymyssuhdetta, mahdollistaa vertaistuki vanhempien välillä sekä tukea vanhemmuutta. Laatutavoitteenamme oli, että tuokiot vastasivat asiakkaiden tarpeita ja mielenkiinnon kohteita ja olivat lapsi- ja vanhempilähtöisiä. Tämän vuoksi tuokiot pyrittiin pitämään lyhyinä, jotta pienten lasten mielenkiinto säilyisi toiminnassa. Toiminta perustui varhaista vuorovaikutusta tukevaan teorial tietoon.

Yksi sosiaalialan kompetenssi on asiakastyön osaaminen, johon kuuluu asiakastyön asiakaslähtöisyys, ryhmänohjaamistaidot, teorial tiedon syventäminen ja sen reflektointi. (Oulun ammattikorkeakoulu 2015, viitattu 4.11.2015.) Opinnäytetyösämme tämä tarkoitti sitä, että asiakas kohdataan yksilöllisesti ja hän tulee kuuluksi voimavarat huomioon ottaen. Meidän omat oppimistavoitteemme tähtäsivät edellä mainittuihin asiakastyön kompetenssin osa-alueisiin. Näistä taidoista hyödynnämme tulevana sosionomeina työelämässä.

Toinen kompetenssi, joka ohjasi työskentelyämme, oli eettinen osaaminen eli kaikkien tasa-arvoinen kohtelu sekä jokaisen yksilön ainutkertainen huomioiminen. (Oulun ammattikorkeakoulu 2015, viitattu 19.10.2015.) Tavoitteena oli, että jokainen ryhmään osallistuva kokee kuuluvansa ryhmään ja hänet kohdataan aidosti omana itsenään. Oppimistavoitteenamme oli myös kehittää työskentelytaitoja projektiryhmänä. Työelämässä tällaiset taidot ovat hyödyllisiä, että osaa hyödyntää jokaisen taidot hyvään lopputulokseen pääsemiseksi. Projektiluontoisessa opinnäytetyössä tulee esille tutkimuksellisen kehittämisosaamisen laajentaminen eli projektin suunnittelu, toteutus, arviointi ja raportointi.

Opinnäytetyöstämme hyötyivät vanhemmat, heidän vauvansa ja me opiskelijoina saimme valmiuksia työelämää varten. Vanhemmat hyötyivät saadessaan uusia keinoja vuorovaikutukseen lastensa kanssa sekä saivat vertaistukea muilta vanhemmilta. Vanhemmat pystyivät hyödyntämään saatuja vinkkejä itsenäisesti

omassa arkielämässään. Käsiteltäviä teemoja olivat elämyksellinen kokemus taiteen avulla, vuorovaikutuksen tukeminen satuhieronnalla sekä vauvajumpalla.

2 VANHEMMAN JA VAUVAN VÄLISEN VARHAISEN VUOROVAIKUTUKSEN TUKEMINEN VERTAISRYHMÄSSÄ

Tässä luvussa käsittelemme vanhemmuuteen kasvamista, varhaista vuorovaikutusta ja kiintymyssuhteen muodostumisesta sekä vertaistuen merkitystä vanhempi-vauva ryhmässä. Esikko -ryhmän vauvat ovat iältään kahdesta kuukaudesta puolitoistavuotiaaseen, joten työssä keskitytään tämän ikäisten vuorovaikutussuhteiden kehittymiseen.

2.1 Vanhemmuuteen kasvaminen

Ensimmäistä lastaan odottavat vanhemmat valmistautuvat vanhemmuuteen, joka kestää läpi elämän. Lapsen syntymä on perheessä kehityskriisi, jolloin perheen kyky joustaa arkielämässä vähenee, työnjako muuttuu sekä kommunikatiivisissa ja yhteenkuuluvuuden tunteissa puolison kanssa voi olla haasteita. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 80–81.) Lapsen kasvaessa tehtävät, huolet ja ilon aiheet muuttuvat. Vanhempien elämä on ennustamaton, rikas seikkailu, joihin liittyy unelmia ja haaveita, mutta toisaalta myös pelkoja, huolia ja toiveita. Tämä prosessi on iso ja jokaisella on omat lähtökohdat vanhemmuuteen eikä se tapahdu silmänräpäyksessä ja kivuita (Hermanson 2007, 49).

Vanhemmaksi kasvaminen alkaa jo raskausaikana ja jatkuu läpi koko lapsen elämän. Vanhempien aikaisemmat kokemukset omasta lapsuudesta, vanhemmuutta koskevista mielikuvista ja yhteiskunnallisista odotuksista vaikuttavat tähän koko perheen sisäiseen prosessiin. Vanhemman tehtävänä on muodostaa suhde lapseen, ottaa vastuu hänestä ja elää lapsen kanssa. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 83.) Opinnäytetyömme toteutuksen taustalla oli ajatuksena, että vanhemmat saisivat positiivisia kokemuksia vauvansa kanssa, joka luo pohjan vuorovaikutussuhteelle. Toiminnoilla tuetaan turvallisen kiintymyssuhteen muodostumista ja sen kehittymistä vanhemman ja vauvan välillä.

Vanhemmuutta voidaan tarkastella biologisesta, juridisesta, psyykkisestä ja sosiaalisesta näkökulmasta. Geeniperimä eli lapsen ja vanhemman biologinen suhde on biologista vanhemmuutta, joka ei kuitenkaan ole aina kaikkien osapuolten tiedossa. Lähtökohtaisesti juridinen vanhemmuus määräytyy biologisen vanhemmuuden perusteella ja se liittyy yhteiskunnan antamiin velvollisuuksiin ja oikeuksiin. Psyykkisessä vanhemmuudessa on kysymyksessä lapsesta huolehtiva aikuinen, johon lapsi on kiinnittynyt tunnetasolla. Aikuinen, johon lapsi pystyy luottamaan, on hänen psyykkinen vanhempansa ja tämän huomioiminen lapsen tukemisessa on tärkeää. Lapsen arjessa elävä aikuinen, joka huolehtii arjesta, on sosiaalinen vanhempi. Hän voi olla esimerkiksi isän tai äidin puoliso tai muu lähipiirin aikuinen. (Toivanen, Jouhki, Lipponen, Markkanen, Prusila & Salo 2010, 10.) Tarkastelemme opinnäytetyössämme vanhemmuutta psyykkisestä ja sosiaalisesta näkökulmasta, koska näemme niiden olevan perustana riittävän hyvän vanhemmuuden syntymiselle.

Äidiksi tuleminen on suuri muutos elämässä, joka muokkaa identiteettiä, kuvaa itsestä, parisuhteesta olemisesta ja omasta elämästä. Usein lapsen saaminen kaikkine vaiheineen on iloinen ja onnellinen tapahtuma koko perheelle. Yleisesti ajatellaan, että lapsen synnyttyä äiti rakastaa lastaan ja osaa tyydyttää tämän tarpeita. Suhde lapseen on aina uusi ja ainutlaatuinen ihmissuhde, jossa äidin vastuu lapsesta on suuri. Äiti osaa mukautua lapsen erilaisiin tarpeisiin, kun hänellä on omassa lapsuudessa takanaan turvallinen kiintymyssuhde. Hän pystyy ymmärtämään lastaan ja löytämään vastavuoroisen ja myönteisen suhteen. (Vilén, Vihunen, Vartiainen, Sivé, Neuvonen & Kurvinen 2006, 94–97.)

Äitiyteen kasvamisen lisäksi huomioimme myös kasvamisen isyyteen, koska ryhmään osallistui molempia vanhempia. Vuosikymmenten kuluessa isän rooli perheen elättäjänä, taloudellisen vallan käyttäjänä ja auktoriteettina on muuttunut, koska naiset ovat kouluttautuneet ja työllistyneet kodin ulkopuolelle. Naiset eivät ole enää taloudellisesti riippuvaisia miehestään. Kipuilu työn ja kodin välisten vaatimusten ristipaineessa jatkuu. Miehet ovat perheen muuttuvissa olosuhteissa kokeneet olonsa hämmentyneiksi ja neuvottomiksi. Nykyisin yhä enemmän huomioidaan isän ja lapsen vuorovaikutusta ja sen ominaispiirteitä. (Sinkkonen 2012, 63–64.)

Sinkkonen (2012, 34–35) viittaa Laakson ajatuksiin isyydestä:

Kaikki me olemme naisessa kehittyneitä ja naisen synnyttämiä, mutta yhtä varmasti kuin olemme olemassa meillä on myös isä ja vain yksi ainoa biologinen isä koko maailmassa. Olipa hän läsnä, kuollut tai jossakin tietymättömissä, joka tapauksessa hän on tai on ollut olemassa. - - Isä, äiti ja lapsi määräytyvät toinen toisistaan, ja aina heitä on kolme. - - Isä on tämän kolmion heikoin lenkki, hänet on helpoin unohtaa, pudottaa mielestä, ikään kuin olisi olemassa vain äiti ja lapsi. (Laakso 1992.)

Isäksi tuleminen antaa miehelle mahdollisuuden uusiin haasteisiin omassa psyykkisessä kasvussaan. Menetelmiä isyyden tukemiseen on kehitelty vähemmän kuin äitien tukemiseen ja sen takia työntekijöiden on vaikea tunnistaa isien tuen tarvetta. Isät kuitenkin haluaisivat samanlaista tukea isäksi kasvuun kuin äidit. (Vilén ym. 2006, 100–101.) Tämän vuoksi vertaistukiryhmä, johon voi osallistua myös isät, on erityisen hyödyllinen. Opinnäytetyömme toiminnoissa vanhemmat saavat vahvistusta vanhemmuudelleen sekä mahdollisuuden oppia tuntemaan lastansa paremmin.

2.2 Lapsen kehitysvaiheet

Opinnäytetyömme koskee vauvoja, jotka ovat iältään kahdesta kuukaudesta puoleentoista vuoteen. Kahden ja kolmen kuukauden iässä lapsi alkaa jokellella ja hymyillä. Tällöin lapselle on tärkeää, että vanhempi reagoi hymyillä ja puheella. Tämän jälkeen he alkavat kiinnostua muista lapsista. Puolen vuoden iässä vauvat alkavat liikkua enemmän, joka mahdollistaa lähestymisen muihin ihmisiin. Lapsen lähestyessä vuoden ikää, leikit monipuolistuvat ja vauva ymmärtää puhetta paremmin. Vanhemman ja vauvan yhteinen tekeminen synnyttää vauvassa erilaisia tunteita ja hän kertoo sen vanhemmalle kiljumalla, hymyilemällä ja kujertelemalla samoin kuin pahan mielensä itkulla. (Lehtovirta & Peltola 2012, 100–101.)

Ihmisen elämänkaarta koskevan psykologisen kehitysteorian kehittäjä Erik H. Erikson kertoo psykososiaalisen kehityksen kriiseistä. Vauvaikäisen eli nollasta puolitoistavuotiaan perusturvallisuus kehittyy. Kehitysvaiheen läpikäymisen onnistuessa lapselle tulee tunne toivosta ja luottamus tulevaisuuteen. Onnistunut vauvaikä vaikuttaa myöhempiin ikäkriiseihin myönteisellä tavalla. Samalla tavalla epäsuotuisa kasvuympäristö heikentää luottamuksellisen vuorovaikutuksen syntymistä. (Almqvist 2000, 12–25.)

Motorinen kehitys kehittyy jokaisella lapsella omassa tahdissaan. Aluksi kehitys etenee päästä jalkoihin eli vauva oppii hallitsemaan ensin päänsä hallintaa ja sen jälkeen vasta alavartaloa. Voidaan sanoa myös, että kehitys etenee keskialueelta reunoille, millä tarkoitetaan keskivartalon hallintaa ennen raajoja. Vauva oppii kääntymään vatsalleen ja päinvastoin noin puolen vuoden iässä. Tämän jälkeen hän oppii istumaan ilman tukea. Ryömiminen ja konttaaminen opitaan yleensä ennen vuoden ikää. Lapsi oppii kävelemään keskimäärin vuoden ikäisenä. Osa oppii jo ennen vuoden ikää ja osa taas vasta lähempänä puolentoista vuoden ikää. (Vilkko-Riihelä & Laine 2005, 44–46.)

Toteuttamiemme toimintojen kannalta on olennaista, että osataan huomioida lapsen sosiaalinen, motorinen ja tunne-elämän kehitysvaihe ja luoda toiminnot vastaamaan lapsen ikävaiheita. Myös kiintymyssuhteen muodostumisen kannalta on tärkeää tiedostaa vauvan kehitysvaihe, koska tärkein pohja turvalliseen kiintymyssuhteelle muodostetaan ensimmäisten vuosien aikana. Erityisesti ensimmäinen vuosi on merkityksellinen kehitysvaihe lapsen elämässä varhaista vuorovaikutusta ja kiintymyssuhdetta ajatellen.

2.3 Varhainen vuorovaikutus ja kiintymyssuhteen muodostuminen

Varhaisella vuorovaikutuksella tarkoitetaan lapsen ja vanhempien yhdessä tekemistä, kokemista ja olemista lapsen ensivuosina. Nykytiedon mukaan riittävän hyvä vuorovaikutussuhde lapsen ja vanhempien välillä on erityisen tärkeää. Lapsen saadessa vanhemmaltaan hyvää hoivaa ja huolenpitoa sekä hän kokee, että hänen tarpeisiinsa vastataan. Tämä luo pohjan lapsen hyvälle itsetunnolle, minä-

kuvalle ja kehittää empatiakykyä. Tavallinen arki, läsnäolo arjessa, tunteisiin reagoiminen, pysyvät ihmissuhteet sekä rakkauden ja hyväksynnän osoitus luovat lapselle elintärkeää turvallisuuden tunnetta. Näin riittävän hyvä varhainen vuorovaikutus pääsee toteutumaan. (Salo & Tuomi 2009, 10.)

Aikuiselle ja lapselle jää muistijälki aivoihin vuorovaikutuskokemuksista. Katselemalla ja koskettelemalla vanhemmat oppivat tuntemaan vauvaansa paremmin. Vanhemmat oppivat sitä paremmin tulkitsemaan lapsen viestejä, mitä enemmän he ovat vuorovaikutuksessa lapsensa kanssa. Tämän kautta vauva pystyy kehittymään turvallisesti ja oppimaan uusia asioita. (Ryynänen 2009, 7.) Toimintakerrojen tarkoituksena oli vahvistaa vanhemman tietämystä vauvan reagoititavoista esimerkiksi kosketukseen tai erilaisiin ärsykkeisiin ja näin oppia tuntemaan vauvaansa paremmin.

Suunnittelimme opinnäytetyössämme toiminnot tukemaan vastavuoroisuutta vuorovaikutuksessa vanhemman ja vauvan välillä. Varhainen vuorovaikutus muodostuu kahdesta toisiinsa kietoutuvasta prosessista eli vanhemman hoivakäyttäytymisestä ja lapsen kiintymyskäyttäytymisestä. Näissä on kyse lapsen ja vanhemman vastavuoroisesta vuorovaikutuksesta ja soinnuttamisesta, jossa vanhempi vastaa oman toimintansa kautta lapsen tarpeisiin, rytmiin ja vuorovaikutuksellisiin taitoihin. Vastavuoroisuus riippuu aikuisen taitavuudesta ja halusta ottaa ensisijaisesti lapsen tarpeet huomioon. Vuorottelu eli keskustelun perussääntö opitaan vanhemman kanssa varhaisessa vuorovaikutuksessa, jossa aikuinen ja vauva ovat aktiivisia osapuolia. Herkin aika kiintymyssuhteen muodostamiselle on kuudesta kuukaudesta viiteen vuoteen. (Armanto & Koistinen 2007, 376.)

Edellä kuvasimme, kuinka vanhemmaksi kasvaminen alkaa jo raskausaikana ja kiintymyssuhde vauvaan alkaa muodostua silloin. Sikiöaikainen kiintymyssuhde on lapsen kanssa kommunikointia sekä tulevan lapsen olemuksen, temperamentin ja piirteiden kuvailua. Kiintymyssuhde luodaan tunteiden ja mielikuvien avulla. Vanhemmilla nousee mielikuvia omasta lapsuudesta ja kiintymyssuhteistaan, jotka eheytyvät osaksi omaa vanhemmuutta ja kiintymyssuhdetta lapseen. (Punamäki 2011, 99–100.)

Kiintymyssuhdeteoria perustuu John Bowlbyn ajatuksiin kiintymyksen merkityksestä lapsen terveelle kehitykselle ja vanhemman ja vauvan väliseen suhteeseen. Mary Ainsworthin luokittelu turvalliseen ja turvattomaan kiintymyssuhteeseen perustuvat Bowlbyn ajatuksiin. (Sinkkonen 2004, viitattu 19.10.2015.) Turvallinen kiinnittyminen vanhempaan on perusta terveelle kehitykselle, jonka vuoksi tarkastelemme erityisesti sitä.

Turvallisessa kiintymyssuhteessa vanhempi toimii lapselle ikään kuin tukikohana, josta lapsi voi lähteä tutkimaan maailmaa ja seikkailemaan. Vuorovaikutuksessa lapsi on sisäistänyt kokemuksen olevansa rakastettu sekä tuntee maailman olevan turvallinen. Kohtuullinen säännönmukaisuus, rytmi ja tapahtumien ennakoitavuus ovat edellytyksenä turvalliselle kiinnittymiselle. Vanhempien ollessa valmiita tyydyttämään lapsen tarpeet voi lapsi myös luottaa vanhempiinsa. (Lehtovirta & Peltola 2012, 105–106.) Turvallinen kiintymyssuhde luo hyvän itsetunnon perustan jo vauvan ensimmäisistä elinpäivistä lähtien. Lapsen turvallisuuden tunne syntyy siitä, että vanhempi on tukena myös huonoina hetkinä sekä hellä hoiva, kosketus ja äänensävy viestittävät lapselle, että häntä suojellaan ja rakastetaan. Kun lapsi saa näyttää kaikki tunteensa, hän kokee olevansa hyväksytty. (Tuominen 2014, 26.) Lapsen ikä ja vanhemman omat kokemukset lapsuudesta vaikuttavat siihen miten vanhempi kohtaa lapsensa eri ikävaiheina (Lehtovirta & Peltola 2012, 105–106).

2.4 Vertaistuki Esikko-ryhmässä

Vertaistuellla tarkoitetaan samankaltaisia prosesseja elämässään läpikäyvien ihmisten vastavuoroista kokemusten vaihtoa ja tukemista. Voidaan myös määritellä, että vertaistuki on voimaantumista ja muutosprosessi, jonka avulla ihminen voi löytää ja tunnistaa voimavaransa, vahvuutensa ja oppii ottamaan vastuuta omasta elämästään. (Huuskonen 2014, viitattu 11.9.2014.) Esikko -ryhmä mahdollistaa vertaistuen vanhempien välillä ja he tapaavat toisiaan kerran viikossa. Tämän vuoksi koimme tärkeäksi jättää vanhempien väliselle keskustelulle aikaa.

Perheiden vertaistuellalla tarkoitetaan toisilta samanlaisessa elämäntilanteessa olevilta perheiltä saatua sosiaalista tukea. Sosiaaliseseen tukeen kuuluu yksilön tietoisuus siitä, että on olemassa ihmisiä, joilta hän voi saada emotionaalista, tiedollista ja arviointia sisältävää tukea ja käytännön apua. Tutkimusten mukaan vertaistuesta on kiistatonta hyötyä monille perheille. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2004, 113.) Samanlainen elämäntilanne auttaa tutustumaan uusiin ihmisiin ja jakamaan kokemuksia elämäntilanteesta.

Lapsen syntyessä perheeseen vanhempi kaipaa vertaistukea esimerkiksi vanhempi-vauva-ryhmästä, jossa halutaan edistää vanhemman ja lapsen välistä varhaista vuorovaikutusta. Vauva lasketaan ryhmän jäseneksi siinä missä muutkin ja vanhemmat saavat nähdä ryhmässä erilaisia tapoja olla vuorovaikutuksessa lapsen kanssa. (Toivanen, Jouhki, Lipponen, Markkanen, Prusila & Salo 2010, 198–199.) Erilaisten toimintojen avulla mahdollistetaan monipuolisia vuorovaikutuskokemuksia, ja näin vanhemmat näkevät myös toisten vanhempien toimintatapoja. Tärkeää on samalla mahdollistaa tunnelma, jossa on tilaa vertaistuelliselle keskustelulle.

Vertaistukiryhmä voi olla avointa ja kohdennettua ryhmätoimintaa esimerkiksi ensimmäisen lapsen saaneille perheille. Ryhmän työmenetelmä on vertaistukitoiminta ja se toteutetaan kodinomaisessa ympäristössä, jossa vanhemmat voivat leikkiä lastensa kanssa sekä vaihtaa kokemuksia muiden vanhempien kanssa. Tällainen tieto on hyödyllistä asiantuntijoilta saadun tiedon lisäksi. Ryhmää vetää perhetyöntekijä, joka on vanhempien käytettävissä, jos he haluavat keskustella esimerkiksi lapsen kasvatukseen tai vanhemmuuteen liittyvistä asioista. (Terveysten ja hyvinvoinnin laitos 2014, viitattu 10.10.2014.)

3 OPINNÄYTETYÖN TOTEUTTAMINEN

Opinnäytetyömme oli projektiluontoinen, toiminnallinen työ. Järjestimme kolme toimintakertaa Oulun kaupungin Esikko -ryhmässä, joka oli tarkoitettu ensimmäisen lapsen saaneille vanhemmille. Tässä täytyi huomioida se, että toiminta olisi mielekästä niin vauvalle kuin vanhemmallekin. Jokainen ryhmäläinen otettiin huomioon yksilöllisesti ja menimme ryhmäläisten ehdoilla.

Toimintoja suunnitellessa oli tärkeää ottaa huomioon tietoperustan teoriatiedon lisäksi tilaratkaisut ja materiaalit. Jaoimme ohjausvastuut, niin että jokaisella meistä oli yksi toimintakerta vastuulla. Suunnittelimme yhdessä toiminnat, mutta toimintaa toteuttaessamme yhdellä ohjaajista oli päävastuu. Kaikki kolme toimintakertaa toteutettiin yhdessä Oulun kaupungin Esikko -ryhmistä, joka toimi päiväkodin tiloissa. Esikko -ryhmän vetäjänä toimiva perhetyöntekijä oli myös paikalla. Pyysimme jokaisen toimintakerran jälkeen vanhemmilta ja perhetyöntekijältä suullista palautetta, jonka kirjasimme tutkijapäiväkirjaan. Tämän lisäksi kirjoitimme itsearviointia jokaisen toimintakerran jälkeen. Viimeisellä kerralla keräsimme kirjallista palautetta vanhemmilta palautelomakkeen (liite 5) muodossa.

3.1 Ohjauksen perustana sosiodynaaminen ohjauskäsitys

R. Vance Peavy on kehittänyt sosiodynaamisen ohjauksen mallin, jonka mukaan ajatellaan, että ihmiset ovat suhteissa olevia olentoja ja ihmiset konstruoivat sosiaalisen elämänsä yhdessä dialektisessa vuorovaikutuksessa. Projektit, joita elämässämme toteutamme, ovat vuorovaikutuksen avulla saavutettuja ja ymmärrys muihin ihmisiin syntyy keskustelun kautta. Sosiodynaamisesti ajatellaan, että ihmisiä voidaan pitää itseään luovina, itseorganisoituvina järjestelminä, kokonaisvaltaisina sosiaalisina toimijoina sekä kielellisessä, symbolisessa ja kulttuurisessa maailmassa elävinä, jossa olennaista on kaikille keskustelukumppaneille syntynyt yhteinen kieli. (Peavy 2004, 20–21.)

Käytimme opinnäytetyön toteutuksessa Peavyn sosiodynaamisen ohjauksen menetelmiä. Pyrimme toteuttamisessa dialogiseen vuorovaikutukseen Esikko -ryhmäläisten ja perhetyöntekijän kanssa, joka on Peavyn ohjauskäsityksessä keskeisellä sijalla. Alusta asti halusimme kuunnella perhetyöntekijän ja ryhmäläisten toiveita, jotta opinnäytetyö vastaisi heidän odotuksiaan. Toteutuksessa pyrimme luomaan avoimen ilmapiirin, jossa oli helppo kysyä, puhua ja keskustella asioista. Sosiodynaamisessa ohjauksessa pidetään myös tärkeänä, että ihminen on itseohjautuva järjestelmä. Toteutuksessa huomioimme sen, että jokainen pystyisi olemaan avoimena aistikokemuksille ja antamaan vapaasti niille merkityksiä ja tulkintoja. Tarkoituksena oli, ettemme ohjailisi liikaa kokemaan tietynlaista, vaan jokainen itseohjautuvasti saisi luoda oman kokemuksensa eri toimintoista. Tuokioiden lopuksi vanhemmille jäi aikaa keskustelulle, joka on myös Peavyn ajattelussa tärkeää.


3.2 Opinnäytetyöhön valittu Esikko- ryhmä

Saimme valita Oulun kaupungin Esikko -ryhmistä itsellemme sopivimman ryhmän. Valitsimme kyseisen ryhmän, koska sen kokoontumisajankohta sopi parhaiten meidän aikatauluihimme. Lisäksi Esikko -ryhmän kokoontumispaikka oli sijaintina meille sopiva. Ryhmä kokoontui kerran viikossa päiväkodin kerhotiloissa. Ensitapaamisesta lähtien ryhmä oli innostunut ja keskustelevala. Yhteistyö heidän kanssaan oli sujuvaa. Opinnäytetyömme toteutus kannusti ja herätti mielenkiinnon vanhemmissa ja siksi osallistujia oli runsaasti.

Esikko -ryhmässä, johon toteutimme opinnäytetyömme, vauvat olivat kahdesta kuukaudesta 18 kuukauden ikäiseen. Kerroille osallistui 11–13 vanhempaa ja vauvaa. Toimintakerralla, jolloin toteutimme värikylpyä, osallistui 10 äitiä ja yksi isä vauvoineen. Itse toimintaan saimme mukaan 10 äitiä ja isän. Vauvajumppaan osallistui 12 äitiä ja vauvaa sekä satuhierontaan 10 äitiä ja yksi isä vauvoineen. Näillä kahdella kerralla kaikki osallistuivat toimintaan. Jokainen toimintakerta kesti noin puoli tuntia.

3.3 Toimintakertojen tavoitteet, toteutus ja arviointi

TAULUKKO 1. Toimintakertojen tavoitteet, toteutus ja arviointi.

| Varhaisen vuorovaikutuksen ja kiintymyssuhteen tukeminen, vertaistuen mahdollistaminen sekä vanhemmuuden tukeminen | | | |
|--|---|--|--|
|  | | | |
| Kerrat | Tavoitteet | Toteutus | Arviointi |
| Tutustuminen | Ryhmäläisten motiivointi osallistumaan toimintakerroille. | Keskustellaan tulevista toimintatuokiosta ja niihin liittyvistä asioista | |
| 1. Toimintakerta | Vanhempi oppii tuntemaan lapsen reagoitapoja, mielihyvää tuottava ja elämyksellinen kokemus molemmille taiteen avulla | Värikylpy- työpaja Teema: Sininen hetki | Vanhempien ja perhetyöntekijän suullinen palaute sekä projektiryhmän itsearviointi. |
| 2. Toimintakerta | Vuorovaikutusta tukeva kosketus, yhdessä liikkuminen ja hassuttelu. | Vauvajumppa Teema: Hassuttele vauvan kanssa | Vanhempien ja perhetyöntekijän suullinen palaute sekä projektiryhmän itsearviointi. |
| 3. Toimintakerta | Läsnäoleva vuorovaikutuskokemus vanhemman ja vauvan välillä, vauva kokee olevansa tärkeä ja rakastettu. | Satuhieronta Teema: Olen ihme | Vanhempien kirjallinen palaute, perhetyöntekijän suullinen palaute koko projektista sekä projektiryhmän itsearviointi. |

Olemme edellä olevassa taulukossa kuvanneet koko opinnäytetyön päätavoitetta sekä toimintakertojen osatavoitetta, toteutusta ja arviointia. Osatavoitteet tukevat kokonaistavoitteen saavuttamista. Jaoin toimintakerrat niin, että jokainen meistä sai ottaa vetovastuun yhdestä toiminnasta. Siihen kuului suunnittelu ja toteutus. Kaksi meistä auttoivat toiminnassa ja arvioivat tekemistä. Näin jokainen sai vuorollaan ohjauskokemusta, jotta jokaisen kohdalla tämä tavoite toteutuisi.

Ensimmäisen toimintakerran teemana oli ”Sininen hetki”. Osatavoitteena oli mie-
lihyvää tuottavan ja elämyksellisen kokemuksen tuottaminen vanhemmille ja vau-
voille taiteen avulla. Värikylvyssä tavoittelimme sitä, että vanhempi oppii myös
tuntemaan lapsensa reagoititapoja paremmin. Toimintakerran lopuksi pyy-
simme suullista palautetta ryhmäläisiltä ja perhetyöntekijältä, jotka dokumen-
toimme tutkijapäiväkirjaan. Lisäksi kirjoitimme itsearviointia tutkijapäiväkir-
jaamme.

Toisella toimintakerralla teemana oli ”Hassuttele vauvan kanssa”. Tavoitteena
toiminnassa oli tukea vuorovaikutusta koskettamalla, yhdessä liikkumalla ja has-
suttelemalla. Pyysimme suullista palautetta toiminnan onnistumisesta vanhem-
milta ja perhetyöntekijältä sekä dokumentoimme ne tutkijapäiväkirjaan. Kirjoi-
timme lisäksi itsearviointia.

Viimeisen toimintakerran teemana oli ”Olen ihme”. Tällöin osatavoitteena oli
luoda läsnäoleva vuorovaikutuskokemus vanhemman ja vauvan välillä ja se, että
vauva kokee olevansa tärkeä ja rakastettu. Viimeisellä kerralla keräsimme van-
hemmilta kirjallista palautetta ja kävimme suullisesti läpi perhetyöntekijän kanssa
koko projektin arviointia, jonka kirjasimme tutkijapäiväkirjaamme. Tutkijapäiväkir-
jaan kirjoitimme myös itsearvioinnin.

3.3.1 Tutustumiskerta

Kävimme tutustumassa ryhmään 27.3.2015. Kerroimme, mitä hyötyä toiminta-
kerroista on vanhemman ja vauvan välisen vuorovaikutussuhteen kehittymiselle.
Toimme esille toimintakertojen sisällön, jonka tarkoituksena oli innostaa vanhem-
pia osallistumaan kerroille, koska oli olennaista opinnäytetyön toteutuksen kan-
nalta saada vauvoja ja vanhempia paikalle. Kartoitimme tulevia toimintakertoja
kyselemällä värikylpyyn liittyvää mustikka-allergiaa, jotta olisimme voineet muut-
taa materiaalin puolukaksi. Kerroimme alustavan suunnitelmamme toimintaker-
tojen suhteen vanhemmille ja kysyimme vanhempien mielipiteitä asiaan. Keskus-
telimme vanhempien aikaisemmista kokemuksista kyseisistä toiminnoista, jotta

osasimme valmistautua ohjaukseen. Osalla vanhemmista oli jonkinlaista kokemusta ja tietämystä toiminnoista.

Toimme esille, että jokainen toimintakerta olisi erillinen toiminta, joten kaikille kerroille ei ollut välttämätöntä osallistua. Kävimme keskustelua perhetyöntekijän kanssa toteutuksesta ja hänen mielestään toimintakerrat oli suunniteltu hyvin. Teimme posterin (liite 1) kerhotilojen seinälle, jossa Esikko -ryhmä kokoontui. Posterista ilmeni toimintatuokioiden aikataulu ja aiheet. Esikko -ryhmäläisten toiveesta yksi meistä liittyi Facebookissa heidän omaan suljettuun ryhmään, jossa tiedotimme tulevista toimintakerroista ja vastasimme vanhempien kysymyksiin koskien toimintakertoja.

3.3.2 Ensimmäinen toimintakerta; Vauvojen värikylpy

Lähtökohdat

Ensimmäisellä toimintakerralla 10.4.2015 toteutimme vauvojen värikylpyä, jonka tavoitteena oli mielihyvän ja elämyksellisen kokemuksen tuottaminen vauvoille ja vanhemmille. Lisäksi vanhemmat oppivat tuntemaan vauvansa reagoitintapoja erilaisten materiaalien avulla. Paikalle saapui 13 vanhempaa vauvojensa kanssa, joista 11 osallistui toimintatuokioon. Värikylpy mahdollistaa vanhemman ja lapsen välille positiivisia kokemuksia moninaisesta vuorovaikutuksesta. Värikylpy on vauvan ja vanhemman yhdessä tekemistä, jossa vauva oli keskipisteenä. Vauvaiässä vuorovaikutusta pidetään yllä kaikkien aistien kautta. (Setälä, Mettovaara, Hyvärinen & Jaskari 2011, 62–63.) Tavoitteenamme oli, että vauva ja vanhempi kokee värikylvyn mukavana yhteisenä tekemisenä. Värikylpy sisälsi monia kasvatuksellisesti kehittäviä, motoriikkaa edistäviä, varhaista vuorovaikutusta tukevia sekä terapeuttisia elementtejä. Ensisijaisesti oli kuitenkin kysymys visuaalisesta nautinnosta sekä ilottelusta, jota toteutettiin kaikki aistit huomioiden. (Setälä ym. 2011, 15.)

Vauvojen värikylpy lukeutuu yhteen kuvataidetoiminnan muodoista. Työpajan toiminta perustuu Porin lastenkulttuurikeskuksessa kehitettyyn metodiin, jonka keskeiset toimintaperiaatteet perustuvat värien ja materiaalien moniasteiseen koke-

muksellisuuteen, elämyksellisyyteen, vuorovaikutukselliseen työskentelyyn, hetkessä olemiseen ja toimijalähtöisyyteen. Vauvat yhdessä vanhempien kanssa osallistuvat työpajaan tuottaen visuaalista ilmaisuja erilaisia materiaaleja sekä väri- ja maalausaineita tunnustelemalla ja käyttäen. Värikylpy toiminnan perusajatuksena on, että itsensä ilmaiseminen visuaalisesti on ihmiselle mielekasta ja se tuottaisi mielihyvää. (Setälä ym. 2011, 14.)

Toteutus; Sininen hetki

Värikylyssä vauva sai vapaasti maistella ja tunnustella turvallisesti mustikkaa sen eri muodoissa (liite 2). Esikko -ryhmässä käyvät vauvat olivat kehitykseltään vaiheessa, että näkökyky oli jo alkanut kehittyä. Näön kehittymisen kannalta keskeisenä toimintana on käsien liikkeen huomioiminen eli vauva vie kädet keskiväliin, koskettaa käsiään ja vie ne suuhun. Tämä mahdollistaa vauvalle itsenäisen oppimisen kokemuksen makuaistin tuottamisesta. (Setälä ym. 2011, 62–63.)

Värikylyn teemana oli sininen hetki ja käytimme materiaalina mustikkaa. Tarkoituksenamme oli vaihtaa mustikka puolukkaan, jos ryhmässä olisi ilmennyt allergiaa mustikalle. Mustikka-allergiaa ei ollut kenelläkään, joten käytimme mustikkaa kuivattuina, kokonaisina, soseena, keittona ja jäisinä tai kylmänä hyytelönä. Valmistimme itse edellisenä päivänä värikylyyn tarvittavat raaka-aineet, jotta ne olisivat mahdollisimman lisäaineettomia. Keitimme mustikkakeiton ja mehun jääpaloja varten. Kylmään mustikkahyytelöön teimme ensin perunajauhosuurusteen veteen, lisäsimme liivateet sekä viimeiseksi mustikat. Tarkoituksena oli ostaa mustikkasose pilttinä, mutta sitä ei saatu kaupasta, joten valmistimme jäädykkeestä sosetta. Kuivasimme mustikat uunissa ja teimme villalangasta pieniä lankakeriä.

Värikylyn alustaksi hankimme ison lakanan. Lakanan alle varasimme jätessäkkejä, jotta mustikka ei sotkisi lattiaa. Laitoimme lattialle ison sinisen kankaan, jonka päälle teippasimme jokaiselle oman kartongin. Paperin viereen laitoimme jokaiselle kynän nimen kirjoittamista varten. Laitoimme kaikki mustikasta valmistetut tuotteet pöydälle valmiiksi ja ennen värikylyn aloittamista lämmitimme kiisselin. Otimme huomioon valaistuksen luomalla tilasta sinisen hetken hämärällä valaistuksella.

Kokoonnuimme tuokion aluksi alkurinkiin, koska se on ollut esikossa tapana aikaisemminkin ja halusimme mennä tuttujen rutiinien mukaan. Vanhemmat esittelivät itsensä ja vauvansa sekä kertoivat kuulumiset. Tämän jälkeen kerroimme omat nimemme, mistä tulemme ja mitä tulemme tekemään. Kerroimme värikylvystä ja sen toimintaperiaatteista. Päätimme jakaa ryhmä kahtia suuren osallistujamäärän vuoksi. Alkupiirissä kartoitimme ryhmäläisten halukkuuden osallistua toimintaan. Koimme tärkeäksi, että jokainen vauva sekä vanhempi olivat vapaaehtoisesti omalla tavallaan mukana tutkimassa, kokemassa ja ilmentämässä omalla persoonallaan. Vastuuohjaajan ohjeistuksella vanhemmat riisuivat vauvoiltaan ylimääräiset vaatteet, jotta he voivat kokea koko vartalollaan värimaailmaa. Olimme etukäteen ilmoittaneet, että kannattaa ottaa varavaatteet mukaan sillä värikylpy on sotkevaa puuhaa. Tämän jälkeen ryhmä kokoontui kartongin äärelle, niin että jokaiselle vanhemmalla ja lapselle jäi omaa tilaa.

Toiminta aloitettiin tutkimalla sinistä väriä ensin kuivilla materiaaleilla, jossa käytimme sinisiä erikokoisia lankakeriä kartongilla. Vauvoille annettiin aikaa tutkia lankoja yksilöllisen kiinnostuksensa mukaan. Villalanka sinisen eri sävyissä herätti osassa vauvoissa mielenkiintoa, mutta osaa ei tämä juurikaan kiinnostanut ja he vaativatkin jo seuraavaa tunnusteltavaa. Toinen materiaali meillä oli kuivattu mustikka, jota ripottelimme kartongille. Vauvat tunnustelivat, tarkastelivat ja maistelivat näyttäen olevan kiinnostuneita mustikoista. Osalla vauvoista oli kehittynyt jo silmän ja käden yhteistoiminta, joka mahdollisti mustikan maistamisen.

Vauvojen kiinnostuksen loputtua kuivattuihin mustikoihin annoimme kokonaisia mustikoita, jota osa vauvoista halusi maistella ja tunnustella sormin. Tämän jälkeen annoimme mustikkasosetta, jota vauvat tutkivat suurella mielenkiinnolla värittäen paperin soseella. Annoimme tarjottimelta jokaiselle pienen palasen hydykettä, joka mahdollisti vauvojen vapaan tunnustelemisen ja maistelemisen kylmää materiaalia kohtaan. Kylmästä hydykkeestä kaikki vauvat eivät innostuneet ja kiinnostuksen lopahdettua osalla tuli itkua. Me ohjaajina ja vauvojen vanhemmat rohkaisimme ja houkuttelimme vauvoja koko toiminnan ajan tutkimaan, tunnustelemaan ja maalailemaan.

Lopuksi annoimme vauvoille mahdollisuuden tunnustella ja maalaila lämpimällä kiisselillä, jota ohjaaja kaatoi kannusta jokaiselle vauvalle ensin vähän. Vauvan osoittaessa kiinnostusta kiisseliin sai hän tutkia ja maalaila sillä lisää. Ohjasimme vanhemmat siirtymään pesulle kun vauva osoitti kiinnostuksensa loppuneen.

Työpajaa ohjaa vuorovaikutuksellinen työskentelytapa, joka hyödyntää värien ja materiaalien kommunikatiivisia ominaisuuksia. Kokeilemaan ja tutkimaan yhdessä houkuttelevat vuorovaikutuksellisuuteen ohjaavat materiaalit. Mustikasta valmistetut eri tuntuiset materiaalit houkuttelivat vauvaa kommentoimaan ilmein, elein, äännähtelyin ja koko keholla sekä tahtomaan lisää, tekemään valintoja, kertomaan mielipiteensä, hakemaan vahvistusta kokemukselleen ja kyselemään. Vauvalta saadut kommentit ja maalaamisen tavat kertovat vauvan tunnetiloja. (Setälä 2011, 40.)

Itsearviointi ja palaute

Kirjoitimme itsearviointia toimintakerran jälkeen tutkijapäiväkirjaan ja mielestämme värikylpy eteni suunnitelmamme mukaan. Jouduimme kuitenkin suunniteltua nopeammin vaihtamaan materiaalista toiseen, jotta vauvojen mielenkiinto säilyi toiminnassa. Olisimme voineet rohkaista pienempien vauvojen vanhempia enemmän ja valmistautua siihen, että kaikki vanhemmat eivät halua osallistua toimintaan. Osa vauvoista tarvitsi enemmän aikaa innostuakseen värikylvystä ja vanhemmat osasivat huomioida tämän. Mielestämme vanhemmat heittäytyivät hyvin toimintaan mukaan ja kaikkia vanhempia ei häirinnyt vaikka vauva sotkikin.

Ohjaajalta vaadittiin herkkyyttä ja tilannetajua huomata jokaisen vauvan ja vanhemman yksilöllinen eteneminen. Ohjaaminen tuntui luontevalta alkujännityksestä huolimatta. Jännittyneisyys johtui siitä, että ohjauskerta oli tässä ryhmässä ensimmäinen. Vauvat reagoivat eritavoin riippuen aikaisemmasta kokemuksesta ja luonteen piirteistä. Vanhemmat rohkaisivat vauvojaan aistimaan, tunnustelemaan ja kokemaan materiaaleja. Seuraavaa kertaa ajatellen, halusimme pitää ilmapiirin yhtä rauhallisena ja totesimme, että seuraavan kerran alussa annamme vanhemmille hyvin aikaa valmistautua toimintaa varten.

Kirjasimme tutkijapäiväkirjaan suullista palautetta vanhemmilta. Siitä ilmeni, että yhdellä vanhemmista oli enemmän kokemusta värikylvystä ja aikaisemmat kokemukset olivat olleet samankaltaisia kuin meidänkin toiminta. Viimeisen kerran kirjallisesta palautteesta ilmeni, että kaikille vanhemmille ja vauvoille värikylpy ei ollut mielekästä ja vanhemmat huomasivat, että vauvat reagoivat eri tavoin materiaaleihin.

”Värikylpy ei ollut meidän juttu. Jääpaloista tuli itku enkä itse osannut arvostaa taideteosta, kun lapsi ei itse juuri mitään tehnyt. Värikylvystä olisi voinut ottaa edellisiä juttuja pois, kun tuo uusia.”

Värikylpy antoi vanhemmille ideoita vauvan kanssa toimimiseen myöhemmin, koska tällä hetkellä vauva oli liian pieni.

”Värikylpyyn tyttö oli ehkä vielä liian pieni, mutta saimme hyviä vinkkejä, joita voimme kotona tehdä.”

Perhetyöntekijä antoi palautetta värikylvyn kulusta, että se eteni hyvässä tahdissa ja käytetty materiaali oli väriltään elämyksellistä ja vahvaa. Osasimme reagoida lasten tarpeisiin. Perhetyöntekijä korosti isän huomioimista ryhmässä, jossa ei ollut muita isiä. Hänen mielestään ohjaus ja vanhempien kohtaaminen oli luontevaa.

3.3.3 Toinen toimintakerta; Vauvajumppa

Lähtökohdat

Vauvan syntymän jälkeen liikunta saattaa tuntua haasteelliselta aloittaa ja kunnon ylläpitämisestä pitäisi tehdä arkeen mukautuvaksi. Halusimme toisella toimintakerralla toteuttaa vauvajumppaa, jonka teemana oli hassutteleva vauvan kanssa. On tärkeää, että vanhemmat ottavat jo alusta asti vauvan mukaan liikuttamaan ja perhe saa yhteistä tekemistä. Järjestimme toimintakerran Esikko-ryhmään 17.4.2015. Yksi meistä ohjasi jumpan, toinen näytti apuna liikkeitä ja kolmas huolehti musiikista. Paikalle saapui 12 vanhempaa vauvojensa kanssa, joista kaksi vanhempaa oli paikalla ensimmäistä kertaa.

Lapselle paras paikka on syli ja läheisyyden lisäksi lapsi saa sylissä erilaisia taspainokokemuksia. Vauvajumppa mahdollistaa tällaiset kokemukset. Yleensä jumppaaminen suositellaan aloitettavan silloin, kun vauva on kolmen kuukauden ikäinen ja osaa jo kannatella päätään (Ryynänen 2009, 4, 8). Vauvajumpan liikkeet valittiin niin, että niitä voitiin soveltaa eri-ikäisten vauvojen kanssa. Liikkeet valittiin niin, että käytiin läpi isot lihakset ja jokaista liikettä tehtiin 12 kertaa (liite 3).

Jumpassa on huomioitava lapsen kehityskaudet yksilöllisesti, koska jokainen lapsi kehittyy omaan tahtiin. Herkkyyskaudet ovat kuitenkin suuntaviivoja siitä, missä järjestyksessä lapsen kehitys keskimäärin tapahtuu. Vauvajumppassa herkkyyskaudet voidaan ottaa huomioon ja tukea näin lapsen kehitystä. Jumpassa otetaan jokainen vauva huomioon yksilöllisesti ja kohdataan vauva persoonana. Rohkea lapsi nauttii ehkä reiluistakin heilutuksista, mutta aran lapsen kanssa jumppa kannattaa aloittaa varovaisemmin. Itku on usein merkki siitä, ettei lapsi voi käsitellä kaikkia liikkeistä kehoon tulevia ärsykeitä. (Ryynänen 2009, 9-10.)

Vuorovaikutuskokemuksesta jää aina muistijälki aivoihin ja katselemalla ja koskettelemalla vanhempi oppii tuntemaan vauvaansa ja osaa tulkita häntä paremmin. Vauvajumppa on mainio tapa laittaa vanhempi tarkkailemaan lastaan ja huomaamaan mistä vauva pitää. Vanhemman itsetunto kasvaa huomattessaan tuottavansa mielihyvää vauvalle. Vauvajumppaan sisältyy runsaasti syliin nostamista erilaisissa asennoissa, hypittelyjä sekä keinutteluja, jotka auttavat lapsen aivojen ja hermoston kehittymistä. Lapsi oppii myös ymmärtämään miten kehon eri osat liikkuvat ja toimivat yhdessä. Vanhemman keinutellessa ja nostellessa vauva oppii tiedostamaan, mikä tuntuu hyvältä ja mikä epämiellyttävältä. Vauva käyttää näitä tietoja hyväkseen myöhemmin ohjatessaan kehonsa liikkeitä. (Ryynänen 2009, 8-9.) Vauvajumppassa huomioimme näitä asioita ja liikkeet tehtiin yksinkertaisiksi, koska lapset olivat eri-ikäisiä sekä usein vauvan vanhempana oli äiti, jonka synnytyksestä saattoi olla vähän aikaa.

Toteutus; Hassuttele vauvan kanssa

Aloitimme toimintakerran tuttuun tapaan menemällä ringiin, jossa jokainen vanhempi sai kertoa oman ja vauvansa nimen, sekä mitä heille kuuluu. Tällä kertaa

mukana oli kaksi uutta vanhempaa, jotka olivat ensimmäistä kertaa Esikossa. Kerroimme ketä olemme, miksi olemme Esikkoon tulleet sekä mitä tuokio tulee sisältämään. Odottelimme, että kaikki ovat valmiita, koska alussa meni aikaa vanhempien valmistautumiseen jumppaa varten. Päätimme viivytysten vuoksi, että teemme jokaisen liikesarjan yhteen kertaa. Jokaisella vanhemmalla oli mukana oma alusta jumppaa varten. Jumpan aluksi korostimme, että hyvä ryhti, rennot hartiat sekä polvien ja varpaiden osoittaminen samaan suuntaan takaisivat puhtaat liikkeet (Ryynänen 2009, 17). Mallina ohjaajilla oli nuket, joiden avulla oli helpompi näyttää liikkeitä. Taustalla soi reippaita lastenlauluja. Ensin ohjaaja näytti liikkeen, jonka jälkeen jokainen sai tehdä omassa tahdissa.

Liikkeet tehtiin rauhalliseen tahtiin ja uusi liikesarja aloitettiin aina yhtä aikaa. Oli tärkeää, että liikkeiden teon lomassa vauva ja vanhempi ottivat kontaktia toisiinsa, jolloin syntyi vuorovaikutusta. Jumpan jälkeen äidit saivat keskustella yhdessä millaisia kokemuksia heille jumpasta syntyi ja miten vauva reagoi jumppaamiseen. Tämän jälkeen juteltiin jumppatuokiosta yhdessä. Annoimme vanhemmille mukaan kirjallista materiaalia, jossa oli kuvallisena kaikki tehdyt liikkeet, joita vanhemmat voivat hyödyntää kotona.

Itsearviointi ja palaute

Kirjoitimme toimintakerran lopuksi itsearviointia tutkijapäiväkirjaan. Mielestämme toimintakerta sujui hyvin ja koettiin mukavaksi. Ryhmän ohjaaminen tuntui luontevalta, koska ryhmä oli tullut jo tutuksi edellisellä kerralla. Alussa suunnitelman muuttaminen hieman sekoitti ohjaaja ja vaati rohkeutta muuttaa sitä. Ohjaajina koimme toiminnan keston olevan sopiva mittainen eli noin 25 minuuttia. Seuraavaa kertaa ajatellen meidän ei tarvinnut tehdä suunnitelmiin muutoksia.

Vanhempien suullisesta palautteesta ilmeni, että jumppa koettiin mielekkääksi. Viimeisen kerran kirjallisesta palautteesta vanhempi kertoi, että pienemmän vauvan kanssa jumppaaminen koettiin haastavammaksi, koska vanhemman synnytuksesta oli kulunut vähän aikaa.

”Vauvajumpan koin haastavaksi, kun omasta synnytyksestä ei vielä täysin palautunut. Muuten mukavia liikkeitä ja varmaan jatkossa hyödyllistä.”

Jotkut vanhemmat olivat jatkaneet jumppailua kotonakin ja he olivat kokeneet sen mukavana yhteisenä tekemisenä.

”Jumppaa on jatkettu kotona ja myös vauva on tykännyt.”

Osalle vanhemmista vauvajumppa oli tuttua aikaisemmista kokemuksista ja koettiin, että jumppaaminen oli mukavaa myös Esikko -kerhossa. Liikunta ja vauvan kanssa touhuaminen koettiin tärkeäksi.

”Äiti-vauvajumpassa ollaan käyty monta kertaa. Hienoa, että sellainen oli Esikko-kerhossakin, koska liikunta ja vauvan kanssa touhuaminen on tärkeää.”

Perhetyöntekijä antoi suullista positiivista palautetta vauvajumpasta ja sen ohjauksesta. Ohjauksemme oli selkeää, rauhallista ja luontevaa. Kehitysehdotukseksi perhetyöntekijä antoi, että musiikki olisi saanut olla isommalla, sillä se vetoaa pieniin vauvoihin ja he innostuvat musiikista.

3.3.4 Kolmas toimintakerta; Satuhieronta

Lähtökohdat

Kolmannella toimintakerralla 24.4.2015 toteutimme satuhierontaa. Satuhieronta on lapsilähtöistä, luovaa ja arkeen sovellettavaa kevyttä hierontaa ja tervettä kosketusta. Siinä yhdistyvät sadut ja mielikuvitus, josta lapset ja aikuiset saavat tavan rentoutua ja vahvistua kokonaisvaltaisesti. Satuhieronta antaa hyvän mahdollisuuden aikuiselle ja vauvalle hengähtää yhdessä ja sitä käytetään erityisesti varhaiskasvatuksessa. Satuhieronnan tavoitteena on tukea vauvan empatiakyvyn kehittymistä, sosiaalisten taitojen oppimista sekä oman itsen ja toisen arvostamista. (Satuhieronta 2014, viitattu 21.11.2014.)

Kosketus lukeutuu voimakkaimpien vuorovaikutuksen muotoihin. Ihmisellä on synnynnäinen tarve vuorovaikutukseen, jotta hän tulee nähdyksi ja tuntee itsensä arvostetuksi. Satuhieronnassa kannustavalla ja hoitavalla kosketuksella viestitään lapselle, että hän ei ole yksin. Kosketus on vauvoille yhtä tärkeää kuin ravinnon saanti. Varhaisessa vuorovaikutuksessa koetut tilanteet vaikuttavat aivojen kehitykseen. (Isosaari & Tuovinen 2014, viitattu 21.11.2014.)

Satuhieronnassa annettavalla läsnä olevalla kosketuksella ja huomion antamisella voidaan osoittaa lapselle aitoja tunteita, tässä tapauksessa useimmiten rakkautta. Pienelle lapselle nukahtaminen voi olla vaikeaa sen takia, että uni erottaa lapsen vanhemmista. Tämän vuoksi satuhieronta sopii hyvin aivan pienimmille lapsille ennen nukkumaanmenoa, jolloin hän tuntee kokoajan olevansa aikuisen lähellä. (Tuovinen 2014, 41–42.)

Satuhieronnassa tärkeänä asiana pidetään hierottavalta saatua lupaa hierontaan. Omia ja toisten rajoja täytyy kunnioittaa ja ne saa ylittää ainoastaan yhteisellä sopimuksella. Kun kyseessä on vauva, hän yleensä antaa luvan hieromiseen silloin, kun huomaa, että hän viihtyy sylissä ja vierellä. (Tuovinen 2014, 15.) Toteuttamassamme satuhierontatuokiassa tarkoituksena oli, että vauvaa hieroi hänen oma vanhempi. Tässä tapauksessa kaikki antoivat luvan sylissä pitämiseen ja läheisyyteen luontevasti. Satuhieronnasta on hyötyä vain silloin kun vauva on siihen suostuvainen. Mikäli vauva ei ole innokas hierottavaksi, houkuttimien avulla hierontaan ei kannata suostutella mukaan, vaan pohtia vetäytymisen syitä ja vahvistaa yhteyttä lapseen muilla keinoin. (Tuovinen 2014, 15.)

Toteutus; Olen ihme

Kokoonnuimme toimintakerran aluksi ryhmäläisten kanssa tuttuun alkurinkiin, jossa jokainen kertoi kuulumisiaan ja ringin päätteeksi esittelimme itsemme ja yksi meistä kertoi satuhieronnan periaatteista ja vaikutuksista. Yksi kertoi hierontaliikkeistä ja kaksi meistä näytti nukkevauvoilla mallia. Jaoimme jokaiselle tarinan ja ohjeet hierontaliikkeisiin sekä kierrätimme Sanna Tuovisen Satuhieronta -kirjaa ja jokainen sai tutustua siihen tarkemmin.

Rauhoitimme satuhierontatilán välttämällä häiriötekijöitä ja himmentämällä valoja. Vanhemmat olivat ottaneet kukin omalle lapselleen mieluisan hieronta-alustan. Tilanteen ollessa rauhoitettu hierottavalle tuli tunne, että aika on varattu juuri hänelle. Asennossa pääasia oli, että sekä hierojalla että hierottavalla olisi hyvä asento ja rento, mukava olotila. Esikko -ryhmässä oli kasvavia vauvoja, joten satuhieronta kohdistui koko vartalolle ja näin lapsen kehonkuva samalla vahvistui. Ryhmässä jokainen vanhempi tunsi oman lapsensa parhaiten ja tiesi lapsensa herkäät paikat ja näin he osasivat välttää niitä paikkoja, jotka tiesi olevan lapselle epämiellyttäviä koskea.

Satuhieronta etenee niin, että luetaan tarinaa (liite 4) ja samalla kuvitetaan kosketuksella tarinaa hierottavan keholle. Tarinan tapahtumia maalataan ja piirretään käsillä hierottavan selkään, käsiin, jalkoihin ja pään alueelle. Tarinaa kerrottaessa kahden eri aistikanavan kautta eli tässä tapauksessa tunto- ja kuuloaistin, ajatus ei lähde niin helposti harhailemaan ja antoisaan hetkeen voidaan keskittyä tässä ja nyt. Satu auttaa rauhoittumaan ja rentoutumaan sekä kohtaamaan ilon ja leikin kautta toisen ihmisen. Keskeisimpiä arvoja, joita satuhieronnassa tuetaan, ovat arvostus, luottamus, ilo, leikki, ihmisyyys sekä yhteisöllisyys. (Tuovinen 2014, 12–13.) Tärkeää olisi, että kosketuskontakti pysyisi koko hieronnan ajan, eikä katkeaisi missään vaiheessa. Koko kämmenellä koskettaminen rauhoittaa ja lapsi aistii, että hieroja on emotionaalisesti läsnä. Käsillä voi seurata myös hierottavan hengityksen rytmiä: kun hengitys lähtee syvenemään ja tasoittumaan, tiedetään, että hierottava rentoutuu kokonaisvaltaisesti. (Tuovinen 2014, 16–19.)

Aloitimme satuhieronnan käymällä läpi koko sadun. Taustalla soi rauhallista musiikkia. Yksi meistä luki sadun hitaasti ja rauhallisesti läpi kahden muun näyttämässä mallia nukeilla. Vanhemmat näkivät, miten tarinaa kuvitetaan vauvan keholle sen edetessä. Jo ensimmäisellä kerralla satua lukiessa ja rauhallisen musiikin soidessa taustalla saimme luotua läsnä olevan ja kiireettömän tunnelman ja osa vanhemmista jopa herkistyi.

Sadun lukeminen tapahtuu luonnostaan hitaammin ja rauhallisemmin, kun sitä luetaan hieronnan rinnalla. Hiljaiset hetket ja tauot ovat myös merkityksellisiä, koska sekä lapsi, että aikuinen saa luvan kanssa rauhoittua, hengittää rauhassa

sekä pysähtyä hetkeen. Satu luetaan rauhoittavalla ja rentouttavalla äänensävyllä. Kosketuskuvitus etenee tarinan mukaisesti ja mukautuu sen tapahtumien mukaan. (Tuovinen 2014, 16–19.) Varmistettuamme, että jokainen ymmärsi miten hieronta toteutettiin, aloitimme tarinan alusta ja luimme kaikki yhteen ääneen. Jokainen vanhempi hieroi omaa lastaan ja vanhemmat saivat vielä lopuksi vapaasti omassa tahdissaan lukea satua lapselleen ja jatkaa hieromista.

Itsearviointi ja palaute

Kirjoitimme itsearviointia tutkijapäiväkirjaan toimintakerran jälkeen. Mielestämme satuhieronnan aikana syntyi herkkä ja läsnäoleva tunnelma, jossa vanhemman ja vauvan välinen vuorovaikutus vahvistui. Ryhmässä syntyi myös yhteenkuuluvuuden tunne, jossa jokainen rohkaistui kokeilemaan uutta. Ryhmä oli jo tuttu, joten ohjaaminen tuntui luontevalta ja kaikki sujui suunnitelmien mukaan. Tilanteen herkkyyks ja tunnelma yllätti meidät ohjaajatkin positiivisesti.

Vanhemmat kertoivat suullisella palautteella, että vauvat reagoivat yksilöllisesti hierontaan; osa rauhoittui heti ja lähes nukahtikin kun taas osa vauvoista ei maltanut rauhoittua. Useat vanhemmat kiinnostuivat Satuhieronta – kirjasta ja aikoiivat perehtyä siihen tarkemmin kotona. He myös toivoivat, että laittaisimme kaikilla toimintakerroilla käytetyn materiaalin lähteitä heidän suljettuun Facebook-ryhmään, johon yksi meistä oli liittynyt.

Osa vanhemmista olisi toivonut, että satu olisi ollut pidempi, jotta vauva olisi ehtinyt rauhoittua kunnolla hieronnan aikana. Kirjallisesta palautteesta ilmeni, että ryhmäläiset pitivät satuhieronnasta. Runottelu ja loruttelu oli tuttua jollekin vanhemmista.

”Satuhieronta oli etenkin ihana. Runottelu ja loruttelu on olleet tärkeitä meidän perheessä.”

Kaikki eivät saaneet vauvaa innostumaan nälästä johtuen.

”Satuhieronta olisi onnistunut paremmin, jos lapsi ei olisi ollut nälkäinen. Kokeillaan kotona uudestaan. Saa nähdä, tuleeko satuhieronnasta meidän juttu.”

Kehittämishaasteena nousi esille hiljaisempien ryhmän jäsenten huomioiminen.

”Satuhieronnan kohdalla olisi voinut miettiä, miten kaikki olisivat uskaltaneet jatkaa hierontaa omaan tahtiin – tässä helposti ujous iskee.”

Viimeisellä toimintakerralla vanhempien toivomuksesta nousi, että laittaisimme toimintakerroilla käytetyn materiaalin lähteitä Facebook-ryhmään. Perhetyöntekijä antoi suullista palautetta, että musiikki oli tilanteeseen sopivan rauhallista. Ohjaajan olemus oli rauhallinen ja mukaansa tempaava. Hän toivoi, että satu olisi voinut olla pidempi.

4 PROJEKTIN ARVIOINTI

4.1 Yleistä palautetta

Seuraavaksi käsittelemme yleistä palautetta vertaistuen merkityksestä, ohjaamistaidoistamme ja varhaisen vuorovaikutuksen tukemisesta vanhemman ja vauvan välillä. Tähän sisältyy meidän oma itsearviointi sekä kirjallinen palaute vanhemmilta ja perhetyöntekijältä saatu suullinen palaute. Emme käy tässä läpi saamamme suullista palautetta vanhemmilta vaan käsittelemme viimeisellä toimintakerralla kerättyä kirjallista palautetta, jossa menetelmänä käytettiin palautelomaketta. Kysyimme lomakkeessa, mille toimintakerralle vanhempi osallistui, millaisiksi toimintakerrat vauvan kanssa koettiin, miltä tuntui toimia muiden vanhempien kanssa, millaista hyötyä toimintakerroista koettiin varhaisen vuorovaikutuksen syntymiseen vauvan ja vanhemman välillä sekä palautetta ohjauksesta.

Toimintakerroille valitsemamme teemat kuvasivat hyvin toimintoja. Sininen hetki kuvasti vanhemman ja lapsen yhteistä kokemusta taiteen avulla. Vauvajumppa vedettiin hassutellen, jonka tarkoituksena oli jumpan lisäksi pitää hauskaa vauvan kanssa. Satuhieronnan teema tuli suoraan satuhieronnan nimestä, joka kuvasi sen tunnelmaa hyvin. Vuorovaikutuksen lisäksi lapselle tuli tunne, että hän todella on ainutlaatuinen ja tärkeä juuri sellaisenaan.

4.1.1 Vuorovaikutus vanhemman ja vauvan välillä

Suurin tavoite oli saada vauvan ja vanhemman välille luotua toimintoja, jotka tukevat heidän välistään varhaista vuorovaikutusta. Osa vanhemmista koki vauvan olevan liian pieni ymmärtääkseen toimintoja, joka sai vanhemmat pohtimaan toiminnan hyödyllisyyttä. Lapsen ensimmäinen ”oppimistehtävä” on varhainen vuorovaikutus ja kiintymys hoivaajaansa. Kiintymysteorioiden mukaan, jotka ovat mallin takana, lapsen kehitys tapahtuu lämpimissä ja kiinteissä vuorovaikutussuhteissa. (Kronqvist 2012, 27.) Tällä perustelemme varhaisen vuorovaikutuksen

merkitystä jo vauvaiästä alkaen vaikka vauva ei aluksi osaa vastata vanhemman viesteihin.

Toimintatuokiot arjen keskellä luovat ilon ja voimaantumisen kokemuksia vauvalle ja vanhemmalle. Palautteen mukaan vanhemmat kokivat, että toimintakertoista oli heille hyötyä.

”Oppi kuinka vauvan kanssa voi muutenkin olla kuin vain normaalisti.”

Kaikille vanhemmille varhaisen vuorovaikutuksen käsite oli vieras ja tietoa varhaisesta kiintymyssuhteesta ei ollut. Tämän vuoksi he eivät ymmärtäneet toiminnan tarkoitusta.

”Vauva vielä pieni. Ei kovin ymmärtänyt toimintojen päälle. Vauva ei oikein vielä käsittänyt mistä kyse.”

4.1.2 Vertaistuki

Vertaistuellalla on suuri merkitys Esikko -ryhmässä ja olimme huomioineet vertaistuen merkityksen toiminnassa. Olemme tuoneet tietoperustassa esille vanhempien vapaan vuorovaikutuksen tärkeyden ja halusimme mahdollistaa sen jokaisella toimintakerralla. Alussa vanhemmat saivat vaihtaa kuulumisiaan ja toimintakerrat pyrittiin pitämään suhteellisen lyhyinä, jotta keskusteluille jäi aikaa.

Onnistuimme vertaistuen mahdollistamisessa antamalla keskustelulle riittävästi aikaa. Vanhemmilta saadussa palautteesta ilmeni vanhempien yhteisen tekemisen tärkeys ja sen kautta he kokevat oppivansa toisistaan enemmän. Toimintojen kautta vanhemmat saivat yhteisiä keskustelunaiheita liittyen vuorovaikutukseen vauvan kanssa.

”Yhteistä tekemistä, jossa opitaan toisistamme enemmän. Oli kiva saada uusia kokemuksia.”

He kokivat tärkeäksi suuren osallistujamäärän toimintakerroilla ja he saivat uusia ideoita.

*”Mukavaa, että toimintakerrat saivat niin monet äidit tulemaan esik-
koon. Kotona helposti kangistuu kaavoihin ja välillä esim. loruttelu
jää tauolle.”*

Osa koki tilanteen uutena ja vieraana, koska oli ensimmäisiä kertoja Esikko-ryh-
mässä. Tunnelma koettiin kiireettömänä ja läsnä olevana.

*”Mukavaa, joskin ujostuttaa kun vasta toista kertaa. Jotenkin vertaa
liikaa itseä muihin. Kiireetön, läsnäoleva.”*

.

4.1.3 Ohjaus

Ryhmää ohjatessa huomioimme ryhmäläiset yksilöinä. Ohjaajilta vaadittiin tilan-
netajua ja tarvittaessa toimintaa täytyi soveltaa, mutta kuitenkin pysyä alkuperäi-
sessä suunnitelmassa. Toimintakerroilla tämä nousikin esille, sillä jouduimme
muuttamaan toimintaamme tilanteiden muuttuessa. Sosiodynaaminen ohjaukskä-
sitys toteutui ohjauksessa, sillä saimme luotua dialogisen vuorovaikutuksen ryh-
mäläisten ja ohjaajan kanssa. Mahdollistimme ohjauksella sen, että jokainen
vauva ja vanhempi kokee toiminnat itseohjautuvasti ainutlaatuisina aistikokemuk-
sina.

Jokainen meistä sai olla yhdellä toimintakerralla vetovastuussa toiminnasta. Näin
jokainen sai kokemuksen vastuusta, joka liittyy toiminnan toteuttamiseen. Tämä
oli hyvä oppimiskokemus ja lisäsi varmuutta tulevaisuutta ajatellen. Tuntui turval-
liselta, kun tarvittaessa kaksi muuta pystyi tukemaan ohjauksessa. Saimme oh-
jattua toimintakerrat onnistuneesti, sillä ohjaaminen tuntui luontevalta ja suunni-
telma tuki ohjausta. Aikaisemmat opinnot ja ohjaukokemukset toivat varmuutta
ohjaamiseen, mutta tärkeintä oli hyvä vuorovaikutus ryhmäläisten kanssa. Oh-
jauksessa pyrimme huomioimaan kaikki vanhemmat, mutta emme saaneet kaik-
kia vanhempia osalliseksi. Mielestämme ohjasimme selkeästi ja mieleenpai-
nuvasti, jotta vanhemmilla olisi helpompi halutessaan toteuttaa toimintaa kotona.

Useassa vanhemmilta saadussa palautteessa ilmeni, että ohjaus oli selkeää ja rauhallista sekä pohjautui suunnitelmaan. Vanhemmat kokivat myös saamansa materiaalin toiminnoista hyödylliseksi.

”Kaikki oli selkeästi etukäteen mietitty ja otettu toteutuksessa huomioon. Ohjeistus oli selkeää ja rauhallista. Kotiin saadut materiaalit olivat mukava lisä.”

4.2 Eettisyys

Pohdimme koko projektin ajan eettisyyttä ja pidimme sitä tärkeänä, koska se on sosiaalialalla työn perustana. Talentian sosiaalialan eettiset ohjeet ohjaavat sosiaalialalla työskenteleviä toimimaan asiakaslain mukaan asiakassuhteissa luotamuksellisesti ja yksityisyyttä kunnioittaen sekä näin noudattamaan salassapitosäännöksiä (Talentia 2013, viitattu 20.10.2015). Tutustumiskerralla puhuimme yhdessä perhetyöntekijän kanssa, mitä salassapitovelvollisuus merkitsee opinnäytetyöprosessissamme. Esikko -ryhmään osallistuneita ja heidän henkilökoh-
taisia asioita ei kerrottu ulkopuolisille.

Asiakkailla on oikeus saada laadukasta ja hyvää palvelua sosiaalihuollossa. Sitä toteuttaessa on otettava huomioon asiakkaan toivomukset, mielipiteet, edut ja yksilölliset tarpeet. (Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 812/2000 2:4 §.) Prosessissamme asiakaslähtöisyys nousi esille suunnitelles-
samme toimintakertoja. Toimintakertojen suunnittelu pohjautui vanhempien toivomuksiin, kiinnostuksen kohteisiin ja ehdotuksiin. Toimintakertojen sisältöä ohjasi tietoperusta, jonka lähtökohtana oli vanhemman ja vauvan välisen vuorovaikutuksen tukeminen. Toimintakertojemme lähtökohtana oli vapaaehtoisuus. Jokaisen vauvan ja vanhemman kokemus toiminnasta oli erilainen, mutta yhtä arvokas. Opinnäytetyömme pohjautui vauvojen ja vanhempien kokonaisvaltaiseen kohtaamiseen sekä osallisuuden lisäämiseen. Kerroimme etukäteen toiminnoista ja ajankohdista suullisesti, facebookin välityksellä sekä posterilla. Näin vanhemmat pystyivät valmistautumaan siihen, mitä toimintakerroilla tapahtuu.

5 POHDINTA

5.1 Aiheen ajankohtaisuus

Perheen muuttaessa uudelle paikkakunnalle heillä ei välttämättä ole turvaverkosta siellä. Tietoa lasten kasvatuksesta ja perhe-elämästä ei enää saada ympäriltä olevilta ihmisiltä, vaan usein neuvola on tässä isossa roolissa. Esikko -ryhmän kaltaiset avoimet ryhmät ovat juuri tämän vuoksi tarpeellisia. Tällaisten ryhmien avulla vanhemmat löytävät samassa elämäntilanteessa olevia ihmisiä ympärilleen ja muodostavat uusia ihmissuhteita. Yhdessä oleminen toisten vanhempien kanssa pitää yllä sosiaalisen vuorovaikutuksen taitoa. Esikko -ryhmä luo mahdollisuuden juuri tähän tärkeään asiaan eivätkä sosiaaliset verkostot rajoitu vain esimerkiksi internettiin.

Jokainen Esikko -ryhmässä oleva äiti ja isä ovat uuden elämäntilanteen edessä, kun heille on syntynyt vauva. Tämän vuoksi olennaisena osana tietoperustaa käsitelimme vanhemmuuteen kasvamista, joka on koko ryhmän taustalla. Jokainen ensimmäisen lapsen saanut on kohdannut kehityskriisin, jossa he tarvitsevat tukea. Varhainen vuorovaikutus ja kiintymyssuhteen muodostuminen olivat aiheina ajankohtaisia vanhemmille, koska elämäntilanne oli vanhemmille uusi.

5.2 Projektin eteneminen

Opinnäytetyöprojektimme alkoi elokuussa 2014, kun valitsimme aiheen. Olimme kaikki kolme jo aikaisemmin miettineet, että haluaisimme tehdä toiminnallisen opinnäytetyön ja Esikko -ryhmä oli oikein hyvä valinta. Koska tekijöitä oli kolme, sovimme yhdessä pelisäännöistä, jotta yhteistyö sujuisi hyvin. Haasteita tuotti yhteisten aikojen sopiminen, koska olimme eri vaiheissa opintoja menossa. Projekti lähti kuitenkin nopeasti etenemään ja käytimme kaiken mahdollisen ajan kirjallisuuden etsimiseen ja tietoperustan kirjoittamiseen.

Ensimmäinen tutustumiskerta syksyllä 2014 oli niin sanotusti orientaatio- ja ideomiskerta. Aikataulun viivästymisen vuoksi kävimme tutustumassa ryhmään uudestaan alkutalvesta 2015. Tammi- ja helmikuun sekä kesä-heinäkuun pidimme lähes kokonaan taukoa työn tekemisessä. Maaliskuussa teimme suunnitelman loppuun ja toteutus tapahtui huhtikuussa, jonka jälkeen aloitimme raportin kirjoittamisen. Lokakuussa 2015 teimme viimeiset korjaukset työhömmä ja lähetimme sen arvioitavaksi. Olemme saaneet toteutettua opinnäytetyöprosessin suunnittelussa aikataulussa. Pienten taukojen pitäminen opinnäytetyössä on ollut hyödyllistä, jotta olemme saaneet välillä hengähtää.

Valitsimme varhaisen vuorovaikutuksen tukemiseen liittyvän aiheen, koska halusimme osaltamme olla vaikuttamassa perheiden hyvinvointiin ja olla tukemassa vanhempia ensimmäisen lapsen kiintymyssuhteen sekä varhaisen vuorovaikutuksen muodostamisessa. Tämän vuoksi projektin tekeminen oli mielekästä ja antoisaa jokaiselle meistä. Aiheesta löytyi paljon kirjallisuutta, joten haasteena oli aiheen rajaaminen ja oikeiden käsitteiden aukaiseminen. Löysimme kuitenkin nopeasti sen, mitä halusimme työssämme korostaa vanhemman ja vauvan välisen vuorovaikutuksen tukemisessa ja rajasimme aiheen sen mukaisesti. Opinnäytetyöhön liittyvät tavoitteemme olivat realistisia ja saavutettavissa, joten pääsimme tulostavoitteisiin. Olisimme kuitenkin voineet kertoa vielä enemmän vanhemmille siitä, kuinka toiminnot tukivat varhaista vuorovaikutusta ja kiintymystä, jotta vanhemmatkin olisivat ymmärtäneet aiheen tärkeyden.

Työskentelimme lähes aina kolmestaan, joka oli hyvä toimintapa meille. Saimme toisiltamme tukea ja kannustusta työn tekemiseen. Lisäksi jokainen pääsi toteuttamaan omia vahvuuksia toimintakertojen järjestämisessä. Ryhmätyöskentelyssä olemme oppineet työelämän kannalta tärkeitä taitoja, kuten vuorovaikutus- ja tiimityöskentelytaitoja. Projektin aikana opimme, miten projekti toteutetaan ja mitä yhden toimintakerran järjestäminen vaati. Työn tekemisessä mielekkyyttä lisäsi se, että meidät otettiin Esikko -ryhmään innolla ja avoimesti vastaan. Yhteistyö perhetyöntekijän ja ryhmän kanssa sujui hyvin. Projektin eteni sujuvasti, koska meistä jokainen oli kiinnostunut aiheesta ja halusi saada aikataulussa valmiiksi.

5.3 Omien oppimistavoitteiden saavuttaminen

Omat oppimistavoitteemme tässä opinnäytetyössä olivat teorian tiedon syventäminen, teorian tiedon reflektointi toiminnassa, ryhmän ohjaamistaitojen kehittäminen sekä työskentelytaitojen kehittäminen projektiryhmänä. Teorian tietomme lapsen kehitysvaiheista sekä vauvan ja vanhemman välisestä vuorovaikutuksesta lisääntyi tietoperustaa tehdessä. Olemme kehittyneet teorian tiedon reflektoinnissa omaan toimintaan. Teorian tiedon syventäminen auttaa meitä tulevana ammattilaisina perustelemaan omaa toimintaa teorian tiedolla. Tietämyksemme avoimista vertaistukiryhmistä lisääntyi ja käsitimme ryhmien merkityksen sen jäsenille.

Olemme oppineet ohjaamaan ryhmälle värikyllä, vauvajumppaa ja satuhierontaa. Ryhmää ohjattaessa toimimme ryhmän ehdoilla ja sen vuoksi ohjaajilta vaadittiin tilannetajua ja suunnitelman soveltamistaitoja. Toimintakerroilla tämä nousi esille, sillä jouduimme muuttamaan toimintaamme tilanteen muuttuessa. Saimme ohjattua toimintakerrat onnistuneesti, sillä ohjaaminen tuntui luontevalta ja suunnitelma tuki ohjausta. Aikaisemmat opinnot ja ohjauskokemukset toivat varmuutta ohjaamiseen, mutta tärkeintä oli hyvä vuorovaikutus ryhmäläisten kanssa. Ohjauksessa pyrimme huomioimaan kaikki vanhemmat, mutta tähän tarvitsemme vielä harjoitusta ja varmuutta. Saimme pidettyä ryhmän koossa ja opastus oli selkeää sekä innostettua ryhmäläiset mukaan toimintaan. Kohtasimme jokaisen vanhemman ja vauvan yksilöllisesti siltä osin, että tervehdimme jokaista ryhmään tulevaa. Tällä halusimme luoda vanhemmille tunteen, että olivat tervetulleita toimintakerroille. Tältä osin oppimistavoitteemme täyttyi, mutta tarvitsemme vielä harjoitusta ryhmäläisten kannustamiseen toimintaan mukaan.

Olemme oppineet opinnäytetyöprosessin aikana projektin aikatauluttamista sekä aikataulujen yhteensovittamista. Vastuun jakaminen ja vastuun ottaminen ovat olleet tärkeässä roolissa projektissa ja näissä olemme kehittyneet. Ryhmässä työskentely on opettanut meitä toimimaan joustavasti. Kolmen hengen ryhmä on toiminut hyvin, koska tilapäisesti yhden henkilön puuttuminen ei ole estänyt prosessin etenemistä ja tällöin henkilö on luonnollisesti myöhemmin korvannut poisolonsa. Oppimistavoitteiden saavuttamiseksi olemme hyödyntäneet jokaisen

osaamis- ja vahvuusalueita, mikä oli toimivaa ja jokainen pääsi toteuttamaan itseään. Työelämässä tarvitaan näitä työelämän taitoja. Yhä enemmän työpaikat ovat hanke- ja projektiluontoisia, jossa vaaditaan projektin hallintakykyä.

5.4 Opinnäytetyöprosessin arviointi

Opinnäytetyön aihevalinta oli hyvä, koska jokainen meistä on suuntautunut erityisesti lapsi- ja perhetyöhön ja tällä saimme kokemusta ja syvempää tietämystä aiheesta. Toiminallinen opinnäytetyö sopi meille ja se oli luonteva työskentelytapa. Kolmen hengen ryhmässä työskentelykään ei tuottanut haasteita ja päinvastoin se edisti oppimistamme ja työn etenemistä.

Yhteistyö Oulun kaupungin kanssa ja erityisesti perhetyöntekijän kanssa sujui hyvin. Perhetyöntekijä oli aikataulumuutoksissa joustava ja meillä oli mahdollisuus suunnitella toimintatuokiota oman aikataulun mukaan. Oli opettavaista työskennellä perhetyöntekijän kanssa, koska hän oli yhteistyöhaluinen ja kaipasi ryhmään toimintaa keskustelujen rinnalle. Sen lisäksi hän kertoi meille paljon työstään ja antoi hyviä neuvoja toimintakerroille. Perhetyöntekijä antoi meille mahdollisuuden ja vastuun toimia toimintakerroilla ohjaajina ja toimintaa ohjatessamme oli itse enemmän tarkkailijan roolissa.

Valitsimme toimintatuokiota sen perusteella, että vanhemmat ja vauvat saivat kokea jotakin uutta. Aiheet ja toiminnot eivät olleet ihan tavallisia ja niiden valmistamiseen ja toteutukseen täytyi nähdä vaivaa. Värikylpy toi vaihtelua ryhmän toimintaan ja se ei ollut suurimmalle osasta vanhemmille tuttua. Tavoittelimme myös toiminnoilla sitä, että vauvajumppa ja satuhieronta siirtyisivät mahdollisesti perheen arkeen.

Ensimmäisellä toimintakerralla toteuttaessamme värikylpyä, emme olleet ottaneet selvää miten kahden kuukauden ikäisen vauvan kanssa toimitaan värikylpyssä. Tämän vuoksi vanhempi ja vauva eivät osallistuneet toimintaan. Värikylpy sopii kaiken ikäisille, mutta meille oli jäänyt epäselväksi pienen vauvan huomioiminen toiminnassa. Mustikka raaka-aineena koettiin hyvänä valintana, koska se

oli vahvan väristä ja sen erotti hyvin valkoisesta paperista. Mustikkaa oli itse valmistamana eri muodoissa ja se oli luonnonmukaista sekä harvoin allergisoivaa.

Toisen toimintakerran aluksi aikataulu venyi puoli tuntia, koska halusimme odottaa, että kaikki vanhemmat ja vauvat olivat valmiita toimintaan. Teimme suunnitelmaan muutoksen, että liikkeitä tehtiin yksi sarja kahdensarjan lisäksi. Näin saimme lyhennettyä jumpan pituutta, mutta pienemmille vauvoille se oli vieläkin liian pitkä. Vanhemmilla oli vapaus tehdä liikkeet omien ja vauvan voimavarojen mukaan sekä keskeyttää se tarvittaessa.

Satuhieronta oli ainut toiminta, josta meillä ei ollut aikaisempaa ohjauskokemusta. Emme tässä osanneet mitoittaa sadun pituutta vauvaikäisille sopivaksi. Ajattelimme lyhyen sadun olevan sopiva, jotta vauvojen mielenkiinto säilyisi. Toimintaa ohjatessamme huomasimme, että pienet vauvat jaksavat keskittyä pitkänkin tarinan äärelle. Alussa ohjaajan lukiessa satua ensimmäistä kertaa, läpi vanhemmat olisivat jo siinä vaiheessa voineet alkaa hieromaan vauvaansa.

Ennen toimintakertoja kävimme läpi mahdollisia riskitekijöitä toiminnan toteutuksessa. Tiedostimme mahdollisia riskitekijöitä, joita olivat vauvan päiväunet samanaikaisesti toteutuksen kanssa, osallistujien puuttuminen sekä ohjaajien sairastumisen. Riskitekijänä toteutui se, että kaikki vanhemmat tai vauvat eivät halunneet osallistua toimintaan ja siksi pidimme toiminnan vapaaehtoisena. Värikylvyssä tiedostimme mahdolliset raaka-aineallergiat ja selvitimme ne etukäteen. Satuhieronnassa riskitekijänä oli lapsen vaikea ihottuma ja lapsen kieltäytyminen hieronnasta. Vaikka toimintakerrat sisälsivät riskitekijöitä, osasimme varautua niihin sekä suunnittelussa ja toiminnassa huomioida nämä.

Mielestämme saimme kattavasti palautetta vanhemmilta ja perhetyöntekijältä. Huomasimme, että kirjallinen palaute olisi kannattanut kerätä jokaisen toimintakerran jälkeen, eikä vain viimeisellä kerralla. Emme tulleet ajatelleeksi, että ryhmän kokoonpano vaihteli kerrasta riippuen. Näin olisimme saaneet palautetta kohdennetummin jokaisesta toimintakerrasta. Jatkotutkimusehdotuksena Esikko-ryhmästä voisi tehdä tutkimusluontoisen työn, jossa tutkittaisiin vertaistuen mer-

kitystä liittyen ensimmäisen lapsen vuorovaikutuksen muodostumiseen tarkemmin. Jatkossa voisi tutkia tarkemmin pitemmällä aikavälillä, mitä vaikutusta varhaisista vuorovaikutusta tukevilla menetelmillä on vauvan ja vanhemman suhteelle.

LÄHTEET

Almqvist, F. 2000. Psyykkisten rakenteiden kehitys, ihmisen elämänskaari, leikki-ikä ja varhainen kouluikä. Teoksessa Javanainen, M. (toim.) Lasten- ja nuorisopsykiatria. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Armanto, A. & Koistinen, P. 2007. Neuvolatyön käsikirja. Hämeenlinna: Tammi.

Hermanson, E. 2007. Lapsiperheen oma kirja: Terveys syntymästä kouluikään. Helsinki: Kustannus Oy Duodecim.

Hiitola-Moilanen, M. 2005. Perhetyön mahdollisuus päivähoitossahanke. Teoksessa Kehittämisen polkuja perhetyössä. Oulu: Pohjois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus. Viitattu 21.10.2015, http://www.sosiaalikallegafi.fi/poske/julkaisut/julkaisusarja/Julkaisu_19.pdf.

Huuskonen, P. 2014. Vertaistuki. Terveysten ja hyvinvoinninlaitos. Viitattu 11.9.2014, <http://www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elaman-tuki/vertaistuki>.

Isosaari P. & Tuovinen S. 2012. Satuhieronta. Viitattu 21.11.2014, <http://satuhieronta.fi/satuhieronta/satuhieronta-tyokirja-VEDOS.pdf>.

Järvisalo, A. Kirppanat. 2015. Helpot ohjeet vauvajumppaan. Viitattu 15.4.2015, <http://www.kirppanat.fi/tietoa/lehtiartikkelit/helpot-ohjeet-vauvajumppaan/>.

Kirppanat. 2012. Helpot vauvajumppa-liikkeet. Viitattu 15.4.2015, http://www.kirppanat.fi/tietoa/synnytys-ja-sen-jaelkeinen-aika/helpot-vauvajumppa-liikkeet/#.VS4G9_mUd1A.

Kronqvist, E. 2012. Varhaispedagogiikan kehityopsykologinen perusta. Teoksessa Hujala, E. & Turja, L. (toim.) Varhaiskasvatuksen käsikirja. Jyväskylä: PS-kustannus.

Laki sosiaalihuollon asiakkaan asemasta ja oikeuksista 22.9.2000/812.

Lehtovirta, M. & Peltola, L. 2012. Ihminen mielessä: psykologian perusteet lähihoitajalle. Helsinki: Edita Publishing.

Oulun ammattikorkeakoulu. 2015. Opinto-opas: osaamisprofiili. Viitattu 4.11.2015, <http://www.oamk.fi/opinto-opas/koulutusohjelmat/?sivu=osaa-misprofiili&lk=s2012&code=5007&id=>.

Oulun kaupunki 2014. Ryhmätoiminta. Viitattu 3.10.2014, <http://www.ouka.fi/oulu/terveyspalvelut/ryhmatoiminta>.

Peavy, R. V. Sosiodynaaminen näkökulma ja ohjauksen käytäntö. Teoksessa Onnismäa, J., Pasanen, H. & Spangar, T. 2004. Ohjaus ammattina ja tieteenalana 3: ohjaustyön välineet. Jyväskylä: PS –kustannus.

Punamäki, R. Vanhemmuuteen siirtyminen: Raskausajan ja ensimmäisen vuoden kiintymyssuhteet. Teoksessa Sinkkonen, J. & Kalland, M. (toim.) 2011. Varhaislapsuuden tunnesiteet ja niiden suojeleminen. Helsinki: WSOYpro.

Ryynänen, A. 2009 Jumppaa vauvan kanssa. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino.

Salo, S. & Tuomi, K. 2009. Hoivaa ja leiki; vauvan ja vanhemman vuorovaikutus. Psykologien kustannus.

Setälä, P., Mettovaara, E., Hyvärinen, L. & Jaskari, S. Vauvojen värikylpy-Perusperiaatteet. Teoksessa Setälä, P. (toim.) 2011. Vauvojen värikylpy. Pori: Brand ID Oy/ Kehityksen kirjapaino.

Sinkkonen, J. 2012. Isäksi ensi kertaa. Helsinki: WSOY.

Sinkkonen, J. 2004. Kiintymyssuhdeteoria-tutkimuslöydöksistä käytännön sovelluksiin. Duodecim. Katsaus. Viitattu 19.10.2015, <http://www.terveyskirjasto.fi/xmedia/duo/duo94437.pdf>.

Sosiaali- ja terveysministeriö 2004. Lastenneuvola lapsiperheiden tukena – Opas työntekijöille. Helsinki: Edita.

Talentia 2013. Sosiaalialan ammattilaisen eettiset ohjeet: arki, arvot, elämä, etiikka. Helsinki. Viitattu 20.10.2015, <http://www.talentia.isintek-sas.com/mag/eettinenopas.php>.

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2014. Perhetyön menetelmät. Viitattu 10.10.2014, <https://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/avohuolto/lastensuojelun-avohuollon-tukitoimet/perhetyo/perhetyon-toimintamuodot>.

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos 2014. Perhetyö. Viitattu 6.10.2014, <https://www.thl.fi/fi/web/lastensuojelun-kasikirja/tyoprosessi/avohuolto/lastensuojelun-avohuollon-tukitoimet/perhetyo/perhetyon-toimintamuodot>.

Toivanen, R., Jouhki, T., Lipponen, A., Markkanen R., Prusila, R. & Salo, S. 2010. Perhetyö vauvaperheessä. Teoksessa Vilen, M., Seppänen, P., Tapio, N. & Toivanen, R. (toim.) Kohtaamisia lapsiperheissä – Menetelmiä perhetyöhön. Helsinki: Painopaikka Oy Nord Print Ab.

Tuominen, P. 2014. Hyvä minä! Itsetunto vahvaksi. Vauva (5), 26.

Tuovinen, S. 2014. Satuhieronta: Läsnaolevan kosketuksen ja sadun taikaa. EU: WSOY.

Tuovinen, S. 2014. Satuhieronta™. Tarina ja kosketus Oy. Mitä satuhieronta on? Viitattu 21.11.2014, <http://satuhieronta.fi/mita-satuhieronta-on/>.

Vilén, M., Vihunen, R., Vartiainen, J., Sivén, T., Neuvonen, S. & Kurvinen, A. 2006. Lapsuus: erityinen elämänvaihe. Helsinki: WSOY.

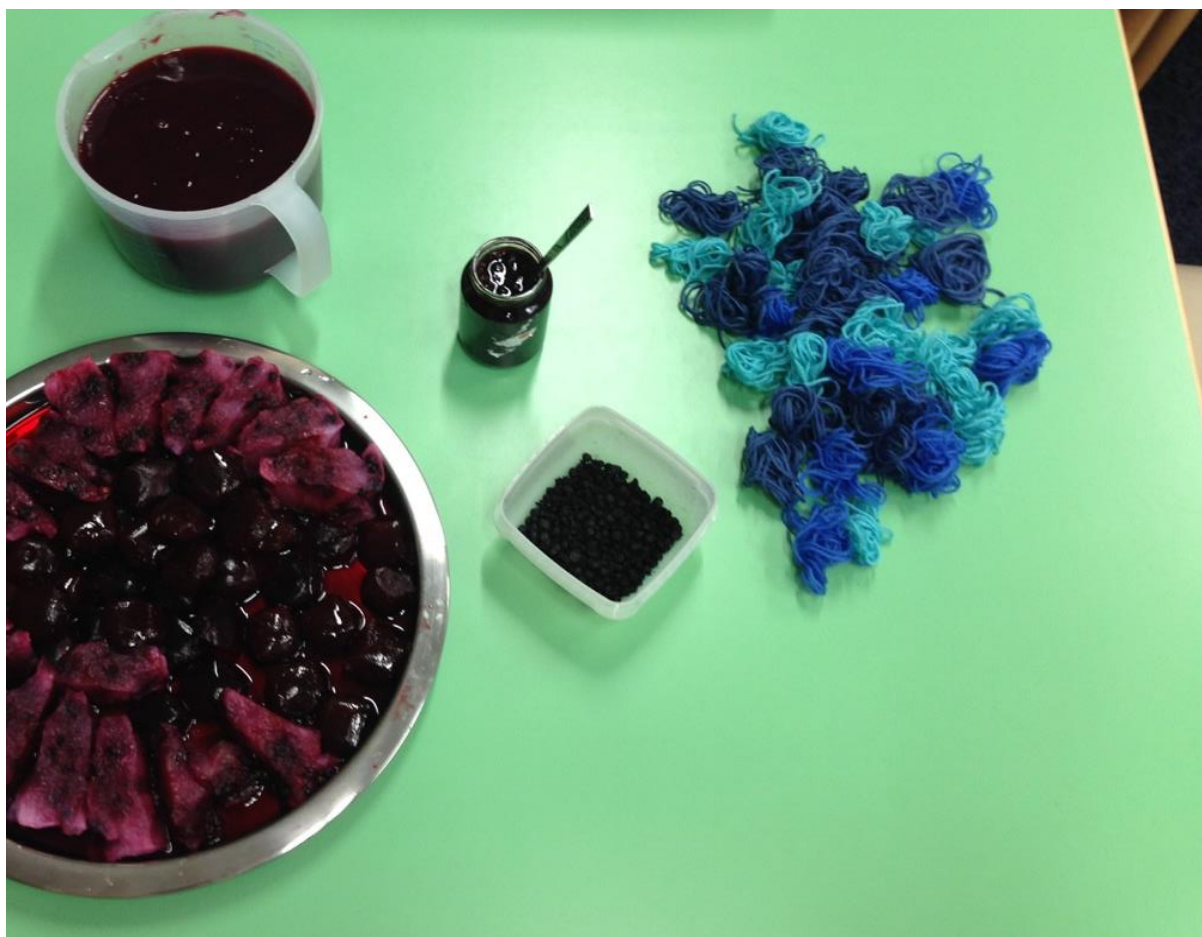
Vilkko-Riihelä, A. & Laine, V. 2005. Mielen maailma: Kehityspsykologia. Helsinki: WSOY.

LIITTEET

POSTERI

LIITE 1





”Hyvää päivää”- liike

Selkätuuletus

Hartioiden nostelu ja pyöritys

Pakarat ja reiden etuosan lihakset

Punnerrus konttausasennossa

Lantionnosto

Ylävartalon nosto

Kyykky

Sivutaivutus

Rentoutushetki

Olen ihme

Olen ihme.

Olen lapsi.

Kasvan joka päivä.

Tulen isommaksi ja pidemmäksi.

Käteni kasvavat.

Jalkani kasvavat.

Ihmettelen monia asioita.

Välillä olen iloinen ja haluaisin hyppiä.

Välillä tunnen oloni surulliseksi ja

minua itkettää.

Olen tärkeä.

Olen lapsi.

Olen ihme.

(Tuovinen 2014, 45.)

PALAUTE TOIMINTAKERROISTA

Mille toimintakerroille osallistuit?

Värikylpy ☐

Vauvajumppa ☐

Satuhieronta ☐

Millaisia kokemuksia koit vauvasi kanssa toimintakerroilla?

Millaiseksi koit toiminnan yhdessä muiden vanhempien kanssa?

Koitko toimintakerroista olevan hyötyä sinun ja vauvasi väliseen vuorovaikutukseen? Perustele vastauksesi.

Miten ohjaajat onnistuivat toimintatuokioiden ohjauksessa ja toteutuksessa? (Järjestelyt, ohjeistus, materiaalit ja käytännön toteutus)

Vapaa palaute toimintakerroista

Kiitos vastauksestasi ja hyvää loppukevättä! ☺